День: четверг Неделя: вторая

Возрастная категория с 1,5 г - до 3 л; с 3 л - 7 л.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  рецептуры | Прием пищи,  наименование  блюда | Выход блюда | Пищевые вещества  V | | | Энергетиче  ская  ценность  Ккал | Витамины  мг | | | Минеральные  вещества | |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 185 | Завтрак (8.30- 9.00) Каша жидкая овсяная | 150/200 | 4,4/5,5 | 5,5/  6.0 | 21,3/  30,1 | 141/298 | 0,1 | 1,3 | 1,  3 | 8,3 | 6,1 |
| 397 | Какао с молоком | 150/150 | 2,6/2,6 | 2.33/  2.4 | 11,3/  14 | 77/90 | 1,7 | 2,3 | 0,  7 | 1,3 | 2,4 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 35/45 | 3,1/6 | 8/19 | 21/  29 | 127/278 | 3,1 | 2,3 | 0,  5 | 3,0 | 1,8 |
| 400 | 2 завтрак (10.30-11.00) Молоко кипяченое | 100/100 | 4,5/5,4 | 4/4,8 | 7,5/9 | 85/102 | 0,03 | 0,0  4 | 0,  0  1 | 6,3 | 1,1 |
| 5 | Обед (11.40-  12.40)  Суп картофельный с горохом картофельный с | 150/200 | 1,6/2,7 | 1,7/  3,0 | 12,3/  18 | 80,85/168,9 | 1,3 | 1,6 | 2,  1 | 3,1 | 2,5 |
| 298 | Голубцы ленивые | 135/180 | 18,1/  22,7 | 13,5/  17 | 15,9/  19,7 | 320/343,7 | 2,1 | 1,7 | 3,  1 | 2.7 | 3,1 |
| 376 | Компот из  сушеных  фруктов | 150/200 | 0,3/0,4 | 0,02/  0.02 | 20,8/  25 | 85/102 | 3,5 | 4 | 5,  7 | 1,5 | 2,1 |
|  | Хлеб  пшеничный | 25/55 | 1,4/  2,13 | 0,33/  0,75 | 13,9/  16 | 50/81 | 0,7 | 1,3 | " | 0,8 | 0,3 |
|  | Хлеб ржаной | 30/60 | 0,8/1,4 | 0,22/  0,4 | 8/11,  4 | 37/60 | 0,3 | 0,7 |  | 1,3 | 0,4 |
| 230 | Уплотненный  полдник  (15.30-16.30)  Вареники  ленивые | 100/150 | 8,91/14,83 | 7,89/10,83 | 9,21/15,31 | 200/250 |  |  |  |  |  |
| 393 | Чай с лимоном | 150/200 | 0,08/  0,1 | 0,01/  0,02 | 7,4/  10,2 | 34/41 | 0,5 | 0,4 | 0,  3 | 5,1 | 0,1 |
|  | **Итого:** |  | 36,8/  49 | 35,6/  53,3 | 132/  182 | 1236/1800 | 13,3 | 15,  6 | 1  з,  7 | 33,4 | 20,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |