День: среда

Неделя: первая

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №рец | Прием пищи,наименованиеблюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетиче с каяценностьКкал | Витаминымг | Минеральныевещества |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 168 | Завтрак (8.30 - 9.00)Каша вязкая овсяная | 150/200 | 4,56/6 | 5,9/6,6 | 21,7/29 | 159/200 | 1,2 | 2,1 | 0,7 | 8,2 | 4,3 |
| 392 | Чай с сахаром | 150/200 | 0,04/0,06 | 0,01/0,02 | 6,9/9,9 | 28/40 | 0,1 | 0,06 | 0,005 | 0,01 | 0,01 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 35/55 | 2,5/5 | 7/16 | 15/26 | 102/207 | 3 | 2,1 | 0,5 | 3,5 | 0,3 |
| 400 | 2 завтрак (10.30 - 1 1.00) Молоко кипяченое | 150/200 | 4,5/5,4 | 4/4,8 | 7,5/9 | 85/102 | 0,03 | 0,04 | 0,01 | 6,3 | 1,1 |
| 57 | Обед (11.40- 12.40)Борщ с капустой и картофелем | 150/200 | 1,07/1,7 | 2,9/4,9 | 7,6/12,7 | 61,5/102,5 | 0,9 | 1,3 | з,2 | 2,2 | 3,1 |
| 126 | Картофельноепюре | 120/140 | 13,5/15,4 | 7,5/9,2 | 17,4/19,2 | 138/158 | 1,2 | 1,8 | 2,4 | 3,1 | 2,2 |
| 275 | Сосиски и сардельки отварные | 55/55 | 7,5 | 10,5 |  | 108,8 | 2,1 | 1,7 | 0,02 |  |  |
| 376 | Компот изсушеныхфруктов | 150/200 | 0,3/0,4 | 0,02/0,02 | 20,8/25 | 85/102 | 3,5 | 4 | 5,7 | 1,5 | 2,1 |
|  | Хлебпшеничный | 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 |
| 188 | Уплотненный полдник (15.30- 16.30) Запеканка пшенная | 150/200 | 6,6/9,2 | 4,7/7,0 | 41,4/54,3 | 235/318 | 0,7 | 0,8 | 00,1 | 3,8 | 1,3 |
| 384 | Какао с молоком | 150/200 | 3,1/4,1 | 2,7/3.7 | 22,6/30,2 | 128,5/171,4 | 0,9 | 1,5 | 1,8 | 4,9 | 1,5 |
| **Итог** | **Итого:** |  | 45,8/58,2 | 45,7/63,8 | 170,2/242,7 | 1217/1650 | 14,6 | 17,4 | 14,3 | 35,6 | 16,6 |