День: четверг Неделя: первая

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №рец | Прием пищи,наименованиеблюда | Выход блюда | Пищевые вещества | ЭнергетическаяценностьКкал | Витаминымг | Минеральныевещества |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 235 | Завтрак (8.30 - 9.00) Каша вязкая пшенная | 150/200 | 5,64/8,417 | 6,04/7,69 | 27,7/38,6 | 188/258 | 2,1 | 0,9 | 0,3 | 9,3 | 4,5 |
| 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 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 35/45 | 2,5/5 | 7/16 | 15/26 | 102/207 | 3 | 2,1 | 0,5 | 3,5 | 0,3 |
| 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 | 0,04 | 0,01 | 6,3 | 1,1 |
| 77 | Обед (11.40- 12.40)Супкартофельный | 150/200 | 1,4/2,3 | 18,8/31,4 | 9,9/16,6 | 61,9/103,2 | 0,04 | 0,06 | 0,9 | 1,8 | 4,3 |
| 313 | Кашарассыпчатаягречневая | 100/130 | 5,3/5,7 | 6/6,5 | 26,1/28,2 | 182/4/197,6 | 0,9 | 0,7 | 1,3 | 4,3 | 9,1 |
| 282 | Котлетарубленная | 60/80 | 13,5/15,4 | 7,5/14,2 | 17,4/19,9 | 138/158 | 1,3 | 0,9 | 0,02 | 5,1 | 7,3 |
| 376 | Компот изсушеныхфруктов | 130/180 | 0,3/0,4 | 0,02/0,02 | 20,8/25 | 85/102 | 3,5 | 4 | 5,7 | 1,5 | 2,1 |
|  | Хлебпшеничный | 30/40 | 1,4/2,13 | 0,33/0,75 | 13,9/16 | 50/81 | 0,7 | 1,3 | " | 0,8 | 0,3 |
|  | Хлеб ржаной | 40/50 | 0,8/1,4 | 0,22/0,4 | 8/11,4 | 37/60 | 0,3 | 0,7 | - | 1,3 | 0,4 |
| 168 | Уплотненный полдник (15.30 - 16.30) Пудинг из творога | 150/200 | 5/15 | 3/105,7 | 12,1/24,3 | 127/255 | 0,9 | 0,7 | 2,4 | 10,3 | 3,8 |
| 395 | Кофейный напиток с молоком | 150/200 | 2,6/2,6 | 2,3/2,3 | 11,3/14,3 | 77/90 | 0,4 | 1,5 | 0,1 | 4,7 | 1,7 |
|  | **Итого:** |  | 45,5/63,8 | 57,5/94,7 | 177/239,5 | 1167/1654 | 13,6 | 13,3 | 11,5 | 54 | 35 |