День: понедельник Неделя: вторая

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  рец | Прием пищи,  наименование  блюда | Выход блюда | Пищевые вещества • | | | Энергетиче  ская  ценность К кал | Витамины  мг | | | Минеральные  вещества | |
|  |  |  | Б | Ж | У |  | В1 | В2 | С | Са | Ре |
| 208 | Завтрак (8.30- 9.00)  Макароны отварные с сахаром | 150/200 | 9,3/  11,1 | 10,01/  10,2 | 22,7/  31,7 | 218/264 | 0,02 | 0,0  3 |  | 0,03 |  |
| 392 | Чай с сахаром | 150/200 | 0,04/  0,06 | 0,01/  0,02 | 6,9/  9,9 | 28/40 | 0,1 | 0,0  6 | 0,  0  0  5 | 0,4 | 0,01 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 35/45 | 2,5/5 | 7/16 | 15/  26 | 102/207 | 3 | 2,1 | 0,  5 | 3,5 | 0,6 |
|  | 2 завтрак (10.30- 11.00) фруктовый сок фрукт | 100/100 |  |  | 7,5  10,2 | 30  41 | 3,1  4,7 | 7,5  3,1 | 6,  2  7,  1 | 0,33  0,5 | 0,7  0,8 |
| 62 | Обед (11.40- 12.40) Борщ с мясом | 150/200 | 2,3/3,5 | 4,5/  5,1 | 7,64/  12,7 | 105/198 | 1,1 | 1,6 | 2,  1 | 1,2 | 4,3 |
| 276 | Жаркое по домашнему | 170/220 | 13,7/  17,7 | 15.6/  23,8 | 15,6/  18,3 | 221/298 | 1,8 | 1,3 | 1,  6 | 2,3 | 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 | 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/  0,40 | 8/  11,4 | 37/60 | 0,3 | 0,7 | “ | 1,3 | 0,4 |
| 185 | Уплотненный полдник (15.30- 16.30) Каша жидкая из смеси двух круп | 150/200 | 3,4/4,6 | 4.5/  4,9 | 19,7/  26,3 | 134/268 | 0,7 | 1,1 | 0,  3 | 6.3 | 5,3 |
| 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 | о,  1 | 4,7 | 1,7 |
|  | **Итого:** |  | 36,3/  48,4 | 44,4/  63,5 | 159/  209,  3 | 1128/1619 | 19,4 | 20,  6 | 2  з,  6 | 22,8 | 19,3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |