

**Лето - осень**  
**День 3 (с 1,5 до 3 лет)**

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<b><u>Завтрак</u></b>							
	Каша молочная пшеничная	180	7,1	7,7	33,3	226,1	-	№44
	Кофейный напиток	180	2,8	3,2	20,0	118,70	-	№31
	Бутерброд с маслом	26	1,5	10,0	9,1	132,4	-	№54
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	<b>398</b>	<b>11,8</b>	<b>11,60</b>	<b>63,65</b>	<b>459,8</b>	<b>3,97</b>	
	<b><u>Второй завтрак</u></b>							
	Сок фруктовый	100	-	-	15,75	70,5	3,0	№92
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	<b>100</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>15,75</b>	<b>70,5</b>	<b>3,0</b>	
	<b><u>Обед</u></b>							
	Салат витаминный	45	0,6	1,42	1,65	22,5	14,4	№ 17
	Суп гороховый с гречками	180	1,87	3,11	10,87	79,03	3,19	№30
	Тефтели мясные	50	7,2	7,70	3,80	107,60	0,56	№6
	Картофельное пюре	130	2,0	3,9	16,11	118,0	14,7	№125
	Кисель фруктовый	180	1,36	-	29,02	116,19	-	№35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	-	№101
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	<b>574</b>	<b>15,31</b>	<b>16,4</b>	<b>76,36</b>	<b>511,12</b>	<b>42,82</b>	
	<b><u>Полдник</u></b>							
	Суп молочный с вермишелью	180	5,78	12,26	81,65	460,14	0,19	№39
	Чай с сахаром	180	5,04	5,76	14,31	112,33	1,26	№95
	Итого за полдник:	<b>310,0</b>	<b>10,82</b>	<b>18,02</b>	<b>95,96</b>	<b>572,47</b>	<b>1,45</b>	
	<b>Итого за третий день:</b>	<b>1382,0</b>	<b>37,93</b>	<b>46,02</b>	<b>251,72</b>	<b>1613,89</b>	<b>51,24</b>	

**Лето - осень**  
**День 3 (с 3 до 7 лет)**

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<b><u>Завтрак</u></b>							
	Каша молочная пшеничная	230	7,1	7,7	33,3	226,1	-	№44
	Кофейный напиток	200	0,14	-	13,87	53,06	2,08	№95
	Бутерброд с сыром	40/9	3,3	1,3	14,9	184	-	№ 66
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	<b>479</b>	<b>10,54</b>	<b>9,0</b>	<b>62.07</b>	<b>463,16</b>	<b>2,08</b>	
	<b><u>Второй завтрак</u></b>							
	Сок фруктовый	100	-	-	21	94	4,5	№92
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	<b>100</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>21</b>	<b>94</b>	<b>4,5</b>	
	<b><u>Обед</u></b>							
	Салат витаминный	45	0,71	1,94	2,25	30,8	21,4	№17
	Суп гороховый с гречками	230	1,87	3,11	10,87	79,03	3,19	№30
	Тефтели мясные	70	7,2	7,70	3,80	107,60	0,56	№6
	Картофельное пюре	150	2,0	3,9	16,11	118,0	14,7	№125
	Кисель фруктовый	200	1,36	-	29,02	116,19	-	№35
	Хлеб	30	1,41	0,21	14,54	64,2	-	№101
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	<b>725</b>	<b>14,55</b>	<b>16,86</b>	<b>76,59</b>	<b>515,82</b>	<b>39,85</b>	
	<b><u>Полдник</u></b>							
	Суп молочный с вермишелью	160	5,78	12,26	81,65	460,14	0,19	№39
	Чай с сахаром	200	5,04	5,76	14,31	112,33	1,26	№95
	Итого за полдник:	<b>360,0</b>	<b>10,82</b>	<b>18,02</b>	<b>95,96</b>	<b>572,47</b>	<b>1,45</b>	
	<b>Итого за третий день:</b>	<b>1664,0</b>	<b>35,91</b>	<b>43,88</b>	<b>255,62</b>	<b>1645,45</b>	<b>47,88</b>	