

Лето - осень
День 2 (с 1.5 до 3 лет)

время приема пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная манная	180	5,85	5,81	19,99	155,0	1,0	№39
	Бутерброд с сыром	20/10						№3
	Какао с молоком	180	5,1	6,4	13,4	163,9	2,0	№69
	Итого за завтрак:	368	12,2	14,56	36,84	357,15	2,39	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Яблоки	45	0,5	1,5	21,0	45	10	№76
	Итого за второй завтрак:	45	0,5	1,5	21,0	45	10	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Салат «Свеколка»	45	0,4	3,44	4,9	46,9	2,64	№29
	Суп картофельный с клецками	180	1,16	4,4	7,8	81,7	3,0	№51
	Жаркое по-домашнему	180	22,54	17,33	22,13	334,08	-	№10
	Компот из с/фр. с витамином С	150	0,23	-	21,01	82,44	0,49	№9
	Хлеб	20	0,94	0,14	9,96	42,8	-	№101
	Итого за обед:	545	36,19	32,90	69,32	572,07	15,73	
15 ч. 50 мин.	<u>Полдник</u>							
	Булочка домашняя	60	4,37	7,07	36,8	228,20	-	№36
	Чай с сахаром	180	0,16	3	9,9	39,4	3	№95
	Итого за полдник:	240	4,53	10,07	46,7	267,60	3	
	Итого за второй день:	1198,0	53,42	59,03	173,86	1241,82	28,12	

Лето - осень

День 2 (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.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная манная	230	5,85	5,81	19,99	155,0	1,0	№39
	Бутерброд с сыром	20/10						№3
	Какао с молоком	200	5,1	6,4	13,4	163,9	2,0	№69
	Итого за завтрак:	448	16,01	19,21	48,01	463,9	3,19	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Яблоки	55	0,5	1,5	21,0	45	10	№76
	Итого за второй завтрак:	55	0,5	1,5	21,0	45,0	10	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Салат «Свеколка»	55	0,4	3,44	4,9	46,9	2,64	№29
	Суп картофельный с клецками	230	1,16	4,4	7,8	81,7	3,0	№51
	Жаркое по-домашнему	230	22,54	17,33	22,13	334,08	-	№10
	Компот из с/ фр. с витамином С	200	0,23	-	21,01	82,44	049	№9
	Хлеб	30	0,94	0,14	9,96	42,8	-	№101
	Итого за обед:	725	23,52	34,95	79,72	697,24	22,96	
15 ч. 50 мин.	<u>Полдник</u>							
	Булочка домашняя	70	4,37	7,07	36,8	228,20	-	№36
	Чай с сахаром	200	0,22	4,06	13,3	52,58	4,06	№95
	Итого за полдник:	270,0	4,59	11,13	50,1	280,78	4,06	
	Итого за второй день:	1778,78	44,62	66,79	198,83	1486,92	40,21	