

Лето - осень

День 9 (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.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная пшеничная	180	6,26	7,07	25,29	175,5	1,76	№45
	Чай с сахаром	150	0,67	0,83	11,25	46,67	0,54	№95
	Бутерброд с повидлом	36	1,2	4,2	22,1	129,7	-	№ 49
	Итого за завтрак:	356	8,43	17,90	45,64	354,57	2,3	
10ч. 00.мин.								
	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	100	-	-	15,75	70,5	3,0	№92
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	100	-	-	15,75	70,5	3,0	
	<u>Обед</u>							
	Суп-Уха	180	6,0	2,2	13,4	94,6	-	№26
	Рагу овощное с мясом курицы	180	16,5	13,3	23,5	286,7	-	№18
	Компот из с/фр. с витамином С	180	0,23	-	21,01	81,0	0,36	№9
	Хлеб	20	1,52	0,18	9,94	45,2	-	№101
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	605	26,55	23,92	74,45	610,20	3,0	
	<u>Полдник</u>							
	Манник	60	3,5	6,3	21,2	150,5	-	№28
	Чай с сахаром	180	5,04	5,76	14,31	112,33	1,26	№95
	Итого за полдник:	240	8,54	12,06	35,51	262,83	1,26	
	Итого за девятый день:	1301	43,52	53,88	171,35	1398,04	9,56	

Лето - осень

День 9 (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 пшеничная	200	6,26	7,07	25,29	175,5	1,76	№45
	Чай с сахаром	200	0,67	0,83	11,25	46,67	0,54	№95
	Бутерброд с повидлом	20/6	1,2	4,2	22,1	129,7	-	№ 49
	Итого за завтрак:	426	9,31	19,09	50,99	401,4	2,6	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	100	-	-	21	94	4,5	№92
	Итого за второй завтрак:	100	-	-	21	94	4,5	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Суп-Уха	230	6,0	2,2	13,4	94,6	-	№26
		230	16,5	13,3	23,5	286,7	-	№18
	Рагу овощное с мясом курицы							
	Компот из с/фр.с витамином С	200	0,23	-	21,01	81,0	0,36	№9
	Хлеб	30	1,52	0,18	9,94	45,2	-	№101
	Итого за обед:	750	27,31	24,01	79,42	636,80	3,0	
15 ч. 50 мин.	<u>Полдник</u>							
	Манник	70	3,5	6,3	21,2	150,5	-	№28
	Чай с сахаром	200	5,04	5,76	14,31	112,33	1,26	№95
	Итого за полдник:	270	8,54	12,06	35,51	262,83	1,26	
	Итого за девятый день:	1546	45,16	55,16	186,92	1395,03	11,36	