

День 2 (с 1,5 до 3 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная манная	150	3,72	2,22	16,87	118,39	1	№39
	Бутерброд с сыром	40,00	1,95	0,71	10,35	55,59		№3
	Какао с молоком	180	4,32	3,78	16,56	117,54	0	№69
	Итого за завтрак:	370	9,99	6,71	43,78	291,52	1	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Яблоки	100	0,4	0,2	19,1	71	21,1	№76
	Итого за второй завтрак:	100	0,4	0,2	19,1	71	21,1	
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	№51
	Жаркое по- домашнему	180	7,65	12,6	11,7	190,8	-	№10
	Компот из с/фр. с витамином С	180	0,54	0	28,62	116,64	49	№9
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	№101
	Итого за обед:	615	12,12	20,74	67,51	506,18	54,64	
15 ч. 50 мин.	<u>Полдник</u>							
	Булочка домашняя	60	5,4	3	32,4	178,2	-	№36
	Чай с сахаром	180	0,1	0	11,25	45,4	3	№95
	Итого за полдник:	240	5,5	3	43,65	223,6	3	
	Итого за второй день:	1325	28,01	30,65	174,04	1092,3	79,74	

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	200	4,96	2,96	22,49	137,44	1	№39
	Бутерброд с сыром	60,00	2,93	1,07	13,80	76,55		№3
	Какао с молоком	200	4,8	4,2	18,4	130,6	0	№69
	Итого за завтрак:	460	12,69	8,23	54,69	344,59	1	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Яблоки	130	0,52	0,3	24,83	104,1	21,1	№76
	Итого за второй завтрак:	130	0,52	0,3	24,83	104,1	21,1	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Салат «Свеколка»	60	0,53	4,59	6,53	69,55	2,64	№29
	Суп картофельный с клецками	200	1,29	4,89	8,67	83,85	3	№51
	Жаркое по-домашнему	200	8,5	14	13	212	-	№10
	Компот из с/фр. с витамином С	200	0,6	0	31,8	129,6	0,42	№9
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,32	93,52	-	№101
	Итого за обед:	700	14,08	23,88	79,32	588,52	6,06	
15 ч. 50 мин.	<u>Полдник</u>							
	Булочка домашняя	80	7,2	4	43,2	237,6	-	№36
	Чай с сахаром	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№95
	Итого за полдник:	280	7,3	4	55,7	288	0	
	Итого за второй день:	1570	34,59	36,41	214,54	1325,21	28,16	

