

День 5 (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>							
	Суп молочный с крупой	180,00	3,24	3,42	13,02	95,82	-	№42
	Какао	150	3,6	3,15	13,8	97,95	2,00	№69
	Бутерброд с сыром	40,00	1,95	0,71	10,35	55,59	-	№ 3
	Итого за завтрак:	370,00	8,79	7,28	37,17	249,36	2,00	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	100,00	-	-	15,75	70,50	3,00	№92
	Итого за второй завтрак:	100,00	0,00	0,00	15,75	70,50	3,00	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Салат «Свеколка»	45,00	0,40	3,44	4,90	46,90	2,64	№29
	Суп рассольник	150,00	5,85	1,95	4,05	57,15	5,50	№25
	Картофельное пюре	130	2	3,9	16,11	118	14,7	№125
	Рыба тушеная	60,00	5,64	6,72	1,86	90,48	1,98	№10
	Компот из сух.фруктов 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:	595,00	16,80	16,31	70,03	499,31	73,82	
	<u>Полдник</u>							
15 ч. 50 мин.	Гренка молочная	50,00	4,38	4,50	17,74	128,98	-	№38
	Кисель фруктовый	150,00	0	0	21	84	-	№35
	Итого за полдник:	200,00	4,38	4,50	38,74	212,98	0,00	
	Итого за пятый день:	1265,00	29,97	28,09	161,69	1032,15	78,82	

День 5 (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>							
	Суп молочный с крупой	200,00	3,60	3,80	14,46	106,44	-	№42
	Какао	200	4,8	4,2	18,4	130,6	2,00	№69
	Бутерброд с сыром	60,00	2,93	1,07	13,80	76,55		№ 3
	Итого за завтрак:	460,00	11,33	9,07	46,66	313,59	2,00	
10ч. 00.мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	150	0	0	23,63	94,52	3	№92
	Итого за второй завтрак:	150,00	0,00	0,00	23,63	94,52	3,00	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Салат «Свеколка»	60	0,53	4,59	6,53	69,55	2,64	№29
	Суп рассольник	200,00	7,80	2,60	5,40	76,20	5,50	№25
	Картофельное пюре	180	2,77	5,4	22,31	148,92	14,7	№125
	Рыба тушеная	80,00	7,52	8,96	2,48	120,64	1,98	№10
	Компот из сух.фруктов 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:	760,00	22,38	21,95	87,84	638,43	25,24	
	<u>Полдник</u>							
15 ч. 50 мин.	Гренка молочная	80,00	7,01	4,67	28,38	183,59	-	№38
	Кисель фруктовый	200,00	0	0	28	112	-	№35
	Итого за полдник:	280,00	7,01	4,67	56,38	295,59	0,00	
	Итого за пятый день:	1650,00	40,72	35,69	214,51	1342,13	30,24	