

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.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная пшеничная	130	5,46	4,03	22,75	149,11	-	№44
	Чай с сахаром	180	0,1	0	11,25	45,4	1,26	№31
	Бутерброд с маслом	40	2,13	4,79	13,5	105,63	-	№54
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	350	7,69	8,82	47,5	300,14	1,26	
	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	100	-	-	15,75	70,5	3	№92
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	100	0	0	15,75	70,5	3	
	<u>Обед</u>							
	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	7,7	3,8	107,6	0,56	№6
	Картофельное пюре	130	2	3,9	16,11	118	14,7	№125
	Кисель фруктовый	180	0	0	25,2	100,8	-	№35
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	№101
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	615	14,04	16,43	72,12	498,07	32,85	
	<u>Полдник</u>							
	Суп молочный с вермишелью	150	3,45	2,55	32,55	166,95	0,19	№39
	Чай с сахаром	150	0,1	0	11,25	45,4	-	№95
	Итого за полдник:	300	3,55	2,55	43,8	212,35	0,19	
	Итого за третий день:	1365	25,28	27,8	179,17	1081,06	37,3	

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.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная пшеничная	200	8,4	4,48	25,28	177,04	-	№44
	Чай с сахаром	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№31
	Бутерброд с маслом	60	3,2	7,19	20,26	158,55	-	№54
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	460	11,7	11,67	58,04	385,99	0	
	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок фруктовый	150	0	0	23,63	94,52	3	№92
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	150	0	0	23,63	94,52	3	
	<u>Обед</u>							
	Салат витаминный	60	0,8	1,89	2,2	29,01	14,4	№ 17
	Суп гороховый с гречками	200	2,08	3,46	14,49	97,42	3,19	№30
	Тефтели мясные	80	11,52	12,32	6,08	181,28	0,56	№6
	Картофельное пюре	150	2,31	4,5	18,59	124,1	14,7	№125
	Кисель фруктовый	200	0	0	28	112	-	№35
	Хлеб	40	3,16	0,4	19,32	93,52	-	№101
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	730	19,87	22,57	88,68	637,33	32,85	
	<u>Полдник</u>							
	Суп молочный с вермишелью	200	4,6	3,4	43,4	222,6	0,19	№39
	Чай с сахаром	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№95
	Итого за полдник:	400	4,7	3,4	55,9	273	0,19	
	Итого за третий день:	1740	36,27	37,64	226,25	1390,84	36,04	