

**День 6 (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			
<b>8ч. 30 мин.</b>	<u><b>Завтрак</b></u>							
	Каша молочная рисовая	130	3,25	5,85	22,88	157,17	1,46	№45
	Чай с лимоном	180	0,1	0	11,25	45,4	4,06	№32
	Бутерброд с маслом	40	2,13	4,79	13,5	105,63	-	№54
	Итого за завтрак:	<b>350</b>	<b>5,48</b>	<b>10,64</b>	<b>47,63</b>	<b>308,2</b>	<b>5,52</b>	
<b>10ч. 00.мин.</b>	<u><b>Второй завтрак</b></u>							
	Сок фруктовый	100	-	-	15,75	70,5	3	№92
	Итого за второй завтрак:	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,75</b>	<b>70,5</b>	<b>3</b>	
<b>11 ч. 45 мин.</b>	<u><b>Обед</b></u>							
	Салат из свежих огурцов	40	0,64	1,16	2,44	22,76	14,7	№24.2
	Суп рисовый с мясом курицы	150,00	3,15	2,40	10,05	74,40	-	№23
	Каша перловая	130	4,03	0,52	29,9	140,4	-	№46
	Котлета мясная	50	7,05	7,85	3,3	112,05	-	№8
	Компот из св/фр. с витамином С	150	0,45	0	23,85	97,2	49	№9
	Хлеб	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	№101
	Итого за обед:	<b>550</b>	<b>17,69</b>	<b>12,23</b>	<b>84,03</b>	<b>516,95</b>	<b>63,7</b>	
	<u><b>Полдник</b></u>							
<b>15 ч. 50 мин.</b>	Булочка домашняя	60	5,94	5,1	19,8	148,86	-	№15
	Чай с сахаром	180	0,1	0	11,25	45,4	1,26	№95
	Итого за полдник:	<b>240</b>	<b>6,04</b>	<b>5,1</b>	<b>31,05</b>	<b>194,26</b>	<b>1,26</b>	
	Итого за шестой день:	<b>1240</b>	<b>29,21</b>	<b>27,97</b>	<b>178,46</b>	<b>1089,91</b>	<b>73,48</b>	

**День 6 (с 3 до 7 лет)**

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
<b>8ч. 30 мин.</b>	<u><b>Завтрак</b></u>							
	Каша молочная рисовая	150	3,75	6,75	26,4	181,35	1,46	№45
	Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№32
	Бутерброд с маслом	60	3,2	7,19	20,26	158,55	-	№54
	Итого за завтрак:	<b>410</b>	<b>7,05</b>	<b>13,94</b>	<b>59,16</b>	<b>390,3</b>	<b>1,46</b>	
<b>10ч. 00.мин.</b>	<u><b>Второй завтрак</b></u>							
	Сок фруктовый	150	0	0	23,63	94,52	3	№92
	Итого за второй завтрак:	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>23,63</b>	<b>94,52</b>	<b>3</b>	
<b>11 ч. 45 мин.</b>	<u><b>Обед</b></u>							
	Салат из свежих огурцов	60	0,96	1,74	3,66	34,14	14,7	№24.2
	Суп рисовый с мясом курицы	200,00	4,20	3,20	13,40	99,20	-	№23
	Каша перловая	150	4,65	0,6	34,5	162	-	№46
	Котлета мясная	70	9,87	10,99	4,62	156,87	-	№8
	Компот из св/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:	<b>720</b>	<b>23,44</b>	<b>16,93</b>	<b>107,3</b>	<b>675,33</b>	<b>15,12</b>	
	<u><b>Полдник</b></u>							
<b>15 ч. 50 мин.</b>	Булочка домашняя	80	7,92	6,8	26,2	197,68	-	№15
	Чай с сахаром	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№95
	Итого за полдник:	<b>280</b>	<b>8,02</b>	<b>6,8</b>	<b>38,7</b>	<b>248,08</b>	<b>0</b>	
	Итого за шестой день:	<b>1560</b>	<b>38,51</b>	<b>37,67</b>	<b>228,79</b>	<b>1408,23</b>	<b>19,58</b>	