

День 8 (с 1,5 до 3 лет)

Приём пищи	Нименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная «Дружба»	130	3,77	4,03	19,89	130,91	0,9	№99
	Чай с сахаром	180	0,1	0	11,25	45,4	1,26	№31
	Бутерброд с маслом	40,00	1,95	0,71	10,35	55,59	-	№3
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	350	5,82	4,74	41,49	231,9	2,16	
	<u>Второй завтрак</u>							
	Банан	100	1,1	0,2	20,2	87	9,5	№76
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	100	1,1	0,2	20,2	87	0	
	<u>Обед</u>							
	Салат из свежий огурцов	40	0,72	1,48	3,52	30,28	9,4	№5
	Лапша по-домашнему	150	4,8	0,45	6	47,55	-	№30
	Макароны отварные	130	4,42	0,52	29,9	141,96	-	№18
	Гуляш	60	5,1	3,42	2,4	60,78	2	№7
	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
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	590	17,95	6,17	84,93	467,35	60,4	
	<u>Полдник</u>							
	Оладьи	50	4,1	2,85	11,05	86,25	-	№47
	Какао	180	4,32	3,78	16,56	117,54	2,00	№69
	Итого за полдник:	230	8,42	6,63	27,61	203,79	2	
	Итого за восьмой день:	1270	33,29	17,74	174,23	990,04	64,56	

День 8 (с 3 до 7 лет)

Приём пищи	Нименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<u>Завтрак</u>							
	Каша молочная «Дружба»	200	5,8	6,2	30,6	204,1	0,9	№99
	Чай с сахаром	200	0,1	0	12,5	50,4	-	№31
	Бутерброд с маслом	60,00	2,93	1,07	13,80	76,55		№3
10ч. 00.мин.	Итого за завтрак:	460	8,83	7,27	56,9	331,05	0,9	
	<u>Второй завтрак</u>							
	Банан	100	1,1	0,2	20,2	87	9,5	№76
11 ч. 45 мин.	Итого за второй завтрак:	100	1,1	0,2	20,2	87	0	
	<u>Обед</u>							
	Салат из свежий огурцов	60	1,08	2,22	5,28	45,42	9,4	№5
	Лапша по- домашнему	200	6,4	0,6	8	63	-	№30
	Макароны отварные	180	6,12	0,72	41,4	196,56	-	№18
	Гуляш	80	8,16	5,47	3,84	97,23	2	№7
	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
15 ч. 50 мин.	Итого за обед:	760	25,52	9,41	109,64	625,33	11,82	
	<u>Полдник</u>							
	Оладьи	80	6,56	4,56	17,68	138	-	№47
	Какао	200	4,8	4,2	18,4	130,6	2,00	№69
	Итого за полдник:	280	11,36	8,76	36,08	268,6	2	
	Итого за восьмой день:	1600	46,81	25,64	222,82	1311,98	14,72	