

Приём пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал	№ рецептуры	
				Б		Ж		У				
Среда 10,5 часовое пребывание												
День 8		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Салат овощной.Каша манная молоч. с м.сл	150/40	200/50	1.24/4.52	1.55/5.1	-/4.15	-/4.94	2.6/22.45	3.25/27.132	15.36/140.84	19.2/167.76	
	Хлеб пшеничный с маслом слив./сыром	40/5	45/5	3,25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167.6	
	Какао с молоком	150	200	2,48	2,48	2,71	2,71	11,77	13,77	81,9	89,9	
Итого за завтрак				11.49	12.73	12.65	13.63	58.63	68.372	392.3	444.46	
2-й Завтрак	Сок/н-к из шиповника	80	80	0,4	0,4	-	-	8,0	8,0	36,0	36,0	
Обед	Борщ с курой/кур.б-не	150	200	3.8	4.32	1.691	1.754	16,02	20,02	104,22	122,78	
	Котлета курин./мясная с картофельным пюре	60 100	70 130	19,915	22,58	16.28	19.14	39.26	44.95	397.67	461.56	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,21	0,24	-	-	12.34	14.96	50.2	80.8	
	Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,2	13,6	54,3	72,4	
Итого за обед				25.91	29.78	18.331	21.374	77.82	93.53	606.39	737.54	
Полдник	Кондитерка	30	40	2,1	2,8	3,9	5,2	20,1	26,8	123,6	164,8	
	Чай сладкий с молоком/слад.	150	200	2,24	2,24	2,56	2,56	11,76	13,76	78,4	86,4	
	Фрукты	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	8,9	8,9	40,3	40,3	
Итого за полдник				4,74	5,44	6,86	8,16	40,76	49,46	242,3	291,5	
Итого за день				42.54	48.35	37.841	43.164	185.21	219.362	1276.99	1509.5	

Приём пищи		Наимено вание блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал	
					Б		Ж		У			
Четверг 12,5 часовое пребывание												
День 8		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Салат овощной.К аша манная молоч.см.с лив.	150/4 0	200/50	1.24/ 4.52	1.55/ 5.1	-/4.15	-/4.94	2.6/22. 45	3.25/27 .132	15.36/1 40.84	19.2/16 7.76	
	Хлеб пшеничны й с маслом слив./сыро м	40/5	45/5	3,25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167.6	
	Какао с молоком	150	200	-	-	-	-	8,0	10,0	32,0	40,0	
Итого за завтрак				11.49	12.73	13.63	13.63	58.63	68.372	392.3	444.46	
2-й Завтрак	Сок/ н-к из шиповника	80	80	0,4	0,4	-	-	8,0	8,0	36,0	36,0	
Обед	Борщ с курой /кур.б-не	150	200	3,8	4,32	1,691	1,754	16,02	20,02	104,22	122,78	
	Колета курин./мяс ная с картоф.пю ре	60/100	70/ 130	19.91 5	22.58	16.28	19.14	39.26	44.95	397.67	461.56	
	Компот из сухофрукт ов	150	200	0,21	0,24	-	-	12.34	14.96	50.2	80.8	
	Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,2	13,6	54,3	72,4	
Итого за обед				25,91	29,78	18,33 1	21,37 4	77,82	93,53	606,39	737,54	
Полдник	кондитерк а	30	40	2.1	2.8	3.9	5.2	20.1	26.8	123.6	164.8	
	Чай слад.с молоком/с лад.	150	200	2,24	2,24	2,56	2,56	11,76	13,76	78.4	86.4	
	Каша геркулесов ая молоч.с м/сл	100	-	3.66	-	4,18	-	14.44	-	122.69	-	
	Фрукты	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	8.9	8.9	40.3	40.3	
Итого за полдник				8.4	5.44	10.64	8.16	35.1	49.46	364.99	291.5	
Итого за день				45,18 5	48,35	41,44 8	43,16 4	192,26	219,36 2	1317,29	1509,5	