

Приём пищи		Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал	№ рецептур	
					Б		Ж		У				
Четверг 10,5 часовое пребывание													
День 9		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак	Каша пшеничная молоч. с м. слив.	150	200	5.14	5.72	4.34	5.15	23.79	28.002	156.89	183.76		
	Хлеб пшеничный с м. сл/сыром	40/5	45/5	3,25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167.6		
	Кофейный напиток	150	200	2,3	2,33	2,562	2,563	12,62	15,05	82,1	91,95		
Итого за завтрак				10.69	11.65	12.69	13.743	58.22	67.272	393.19	443.31		
2-й Завтрак	Сок/н-к из шиповника	80	80	0,4	0,4	-	-	8,0	8,0	36.0	36.0		
Обед	Уха со свежей рыбой	150	200	7.96	10.21	1.98	2.1	17.01	18.64	128.6	144.59		
	Рыба тушен./котлет а рыбн. с отв вермишелью	60/100	70/130	27.653	30.63	3.503	4.391	39.61	44.95	317.174	362.364		
	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				37.803	43.72	5.843	6.971	79.16	92.15	550.274	660.154		
Полдник	Пирожок с яйцом	60	70	5.53	6.08	3.252	4.033	38.17	42.73	218.9	251.35		
	Чай сладкий /с молоком	150	200	-	-	-	-	8,0	10,0	32,0	40,0		
Итого за полдник				5.53	6.08	3.252	4.033	46.17	52.73	250.9	347.45		
Итого за день				54.423	61.85	21.785	24.75	191.55	220.152	1230.364	1486.914		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическ ая ценность калл	№ Рецеп туры	
				Б		Ж		У				
Четверг 12,5 часовое пребывание												
День 9		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша пшеничная молоч.с м.сл	150	200	5.14	5.72	4.34	5.15	23.79	28.002	156.89	183. 76	
	Хлеб пшен./с м.слив/сыром	40/5	45/5	3.25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167. 6	
	Кофейный н-к	150	200	2.3	2.33	2.562	2.563	12.62	15.05	82.1	91.9 5	
Итого за обед				10.69	11.65	12.69	13.74 3	58.22	67.272	393.19	443. 31	
2-йзавтрак	Сок/н-к из шиповника	80	80	0.4	0.4	-	-	8.0	8.0	36.0	36.0	
Обед	Уха со свежей рыбой	150	200	7.96	10.21	1.98	2.1	17.01	18.64	128.6	144. 59	
	Рыба тушен./котлета рыбн. с отв.вермишель ю	60/10 0	70/13 0	27.65 3	30.63	3.503	4.391	39.61	44.95	317.17 4	362. 364	
	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				37.80 3	43.72	5.843	6.971	79.1 6	92.15	550.27 4	660. 154	
Полдник	Пирожок с яйцом	60	70	5.53	6.08	3.252	4.033	38.17	42.73	218.9	251. 35	
	Чай слад.с молоком/слад.	150	200	-	-	-	-	8.0	10.0	32.0	40.0	
	Икра кабачковая/зеле ный горошек	40	-	-	-	3.15	-	3.15	-	40.5	-	
Итого за полдник				5.53	6.08	6.402	4.033	49.32	52.73	291.4	347. 45	
Итого за день				54.42 3	61.85	24.94	24.75	194.7	220.15 2	1270.8 64	148 6.91 4	