

2 День												
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 года	Вес блюда 3-7 лет	Пищевые вещества 1-3 года			Пищевые вещества 3-7 лет			Энергетическая ценность (Ккал) 1-3 года	Энергетическая ценность (Ккал) 3-7 лет	№ рецептуры
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая	150	200	6,795	8,925	26,82	9,06	11,9	35,76	203,4	271,2	261
	Кофейный напиток	170	200	5,185	2,38	13,515	6,1	2,8	15,9	59,25	79	513
	Батон нарезной	20	30	1,5	1,16	10,28	2,25	1,74	15,42	52,4	78,6	117
	Сыр твёрдый	10	10	2,65	2,61	0	2,65	2,61	0	34,3	34,3	106
	Итого завтрак	350	440	16,13	15,075	50,615	20,06	19,05	67,08	349,35	463,1	
Второй завтрак	Фрукт свежий	95	100									
	Итого за второй завтрак	95	100									
Обед	Борщ со сметаной	150	200	1,09	6	6,39	1,46	8	8,52	57	76	133
	Сметана	8	10	0,2	1,44	0,248	0,25	1,8	0,31	15,2	19	
	Макароны отварные	100	120	3,77	0,9	19,36	4,52	1,08	23,23	96,6	115,92	297
	Коглета мясная	60	70	19,92	10,68	8,58	23,24	12,46	10,01	171	200,2	386
	Соус розовый	30	30	0,33	1,137	2,082	0,33	1,137	2,082	19,68	19,68	462
	Помидор свежий долькой	30	50	0,33	0,12	1,14	0,55	0,2	1,9	7,2	12	112
	Компот ассорти	150	200	0,15	0,3	18,83	0,3	0,4	25,1	77,25	103	528
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	0,96	13,36	3,3	1,2	16,7	69,6	87	115
	Биточек мясной	60	70	19,92	10,68	8,58	23,24	12,46	10,01	171,6	200,2	386
	Тефтеля мясная	60	70	15,72	7,74	5,22	18,34	9,03	6,09	122,4	142,8	394
	Итого за обед	568	730	28,43	21,537	69,99	33,95	26,277	87,852	513,53	632,8	
Ужин	Запеканка творожная	150	150	46,5	25,4	23,9	46,5	25,4	23,9	425	425	319
	Соус ягодный	50	50	0,19	0,18	36,305	0,19	0,18	36,305	146,8	146,8	482
	Чай сладкий	150	200	0,075	0	11,25	0,1	0	15	45	60	502
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	0,32	9,84	2,28	0,48	14,76	47	70,5	114
	Итого за ужин	370	430	48,285	25,9	81,295	49,07	26,06	89,965	663,8	702,3	
	Итого за 1 день	1383	1700	92,845	62,512	201,9	103,08	71,387	244,897	1526,68	1798,2	