

4 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	Суп молочный гречневый	150	200	8,228	4,095	14,235	9,68	5,46	18,98	109,5	146	170
	Какао с молоком	170	200	6,6	3,825	23,775	8,8	5,1	31,7	139,5	186	509
	Батон нарезной	25	25	1,875	1,45	12,85	1,875	1,45	12,85	65,5	65,5	117
	Масло сливочное	5	5	0,5	4,125	0,4	0,5	4,125	0,5	37,4	37,4	111
	Итого завтрак	350	430	17,203	13,495	51,26	20,855	16,135	64,03	351,9	434,9	
Второй завтрак	Фрукт свежий	95	100									
	Итого за второй завтрак	100	100									
Обед	Суп крестьянский с крупой	150	200	1,275	6,12	8,73	1,7	8,16	11,62	67,5	90	160
	Картофельное пюре	60	70	1,5	2,82	6,54	1,75	3,29	7,63	55,2	64,4	434
	Капуста тушенная	50	60	1,85	1,95	1,95	2,22	2,34	2,34	31,5	37,8	428
	Рулет мясной	60	70	17,58	7,14	3,48	20,51	8,33	4,06	114	133	391
	Зелёный горошек	30	50									
	Компот их сухофруктов	150	200	0,375		20,25	0,5		27	82,5	110	527
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	0,96	13,36	3,3	1,2	16,7	69,6	87	115
		Зразы мясные с рисом	60	70	13,14	6,78	9,72	15,33	7,91	11,34	126,6	147,7
	Ёжики мясные	60	70	10,86	9,24	6,84	12,67	10,78	7,98	132,6	154,7	395
	Итого за обед	540	700	25,22	18,99	54,31	29,98	23,32	69,35	420,3	522,2	
Ужин	Омлет натуральный	130	130	11,2	17,4	3	11,2	17,4	3	212	212	307
	Икра кабачковая	50	50	0,95	8,9	3,85	0,95	8,9	3,85	59,5	59,5	121
	Чай	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
	Конфета	20	20									
	Итого за ужин	370	430	13,745	26,62	27,94	14,53	26,78	36,61	363,5	402	
	Итого за 1 день	1360	1660	56,168	59,105	133,51	65,365	66,235	169,99	1135,7	1359,1	