

6 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 геркулесовая	150	200	4,71	8,86	27,75	6,28	11,82	37	209,55	279,4	259
	Чай с молоком	170	200	2,55	1,105	13,515	3	1,3	15,9	60,75	81	506
	Батон нарезной	20	30	1,875	1,45	12,85	1,875	1,45	12,85	65,5	65,5	117
	Повидло	10	10	0,3	1,05	5,1	0,3	1,05	5,1	31	31	102
	Итого завтрак	350	440	9,435	12,465	59,215	11,455	15,62	70,85	366,8	456,9	
Второй завтрак	Фрукт свежий	95	100									
	Итого за второй завтрак	95	100									
Обед	Суп картофельный с клёцками	150	200	0,72	3,12	5,265	0,96	4,16	7,02	37,95	50,6	151
	Капуста тушеная	110	130	4,07	4,29	4,29	4,81	5,07	5,07	69,3	81,9	428
	Биточек куриный	60	70	17,14	6,51	5,57	20	7,6	6,5	79,2	132	417
	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
	Котлета куриная	60	70	17,14	6,51	5,57	20	7,6	6,5	79,2	132	417
Кнели из кур с рисом	60	70	20,4	10,63	4,46	23,8	12,4	5,2	153,43	179	416	
	Итого за обед	540	700	25,05	15,3	48,455	29,92	18,63	62,29	340,5	466,5	
Ужин	Картофельное пюре	150	150	3,75	7,03	16,35	3,75	7,03	16,35	138	138	434
	Биточек рыбный	60	70	15,9	1,32	5,82	18,55	1,54	6,79	67,8	79,1	351
	Салат овощной	30	50	0,63	6,06	2,79	1,05	10,1	4,65	40,8	68	1
	Чай сладкий	150	200	0,075	0	11,25	0,1	0	15	45	60	502
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,32	9,84	2,28	0,48	14,76	47	70,5	114
	Печенье	20	20	1,5	3,92	14,88	1,5	3,92	14,88	83,4	83,4	609
	Итого за ужин	430	510	23,375	18,65	60,93	27,23	23,07	72,43	422	499	
	Итого за 1 день	1415	1750	57,86	46,415	168,6	68,605	57,32	205,57	1129,3	1422,4	