

7 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 пшеничная	150	200	7,8	5,955	27,375	10,4	7,98	36,5	182,25	243	270
	Какао с молоком	170	200	7,48	4,335	26,945	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	0,05	4,125	0,04	0,05	4,125	0,04	37,4	37,4	111
	Итого завтрак	350	430	17,205	15,865	67,21	21,125	18,655	81,09	424,65	531,9	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,2	10,1	0,5	0,2	10,1	46	46	537
	Итого за второй завтрак	100	100									
Обед	Рассольник домашний	150	200	1,25	6,24	7,68	1,66	8,32	10,24	65,286	85	137
	Макароны отварные	110	130	4,147	0,99	21,296	4,901	1,17	25,168	106,26	125,58	297
	Котлета мясная	60	70	19,92	10,68	8,58	23,24	12,46	10,01	171	200,2	386
	Салат овощной	30	50	0,63	6,06	2,79	1,05	10,1	4,65	40,8	68	1
	Компот из 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
		Биточек мясной	60	70	19,92	10,68	8,58	23,24	12,46	10,01	171	200,2
	Тефтеля мясная	60	70	15,72	7,74	5,22	18,34	9,03	6,09	122,4	142,8	394
	Итого за обед	540	700	28,962	24,93	73,956	34,651	33,25	93,768	535,446	675,78	
Ужин	Голубцы овощные	125	125	7,1	7,5	13,2	7,1	9,5	13,2	157	157	241
	Соус розовый	50	50									
	Яйцо вареное	40	40	10,2	4,6	0,3	10,2	4,6	0,3	63	63	306
	Компот ягодный	150	200	0,225	0,15	12,9	0,3	0,2	17,2	53,25	71	530
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	0,32	9,84	2,28	0,48	14,76	47	70,5	114
	Итого за ужин	385	445	19,045	12,57	36,24	19,88	14,78	45,46	320,25	361,5	
	Итого за 1 день	1375	1675	65,212	53,365	177,406	75,656	66,685	220,318	1280,35	1569,18	