

8 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 рисовая	150	200	6,72	6,99	24,3	8,96	8,92	32,4	172,05	229,4	274
	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	10	10	2,65	2,61	0	2,65	2,61	0	34,3	34,3	106
	Итого завтрак	350	440	16,055	13,14	48,095	19,96	16,07	63,72	318	421,3	
Второй завтрак	Фрукт	95	100									
	Итого за второй завтрак	95	100									
Обед	Суп горорховый	150	200	1,395	2,745	9,075	1,86	3,66	12,1	64,8	86,4	149
	Жаркое по-домашнему	110	130	24,75	11,85	8,3	29,25	14	9,8	179,5	223,95	374
	Салат из свеклы с чесноком	30	50	0,45	6,06	2,55	0,75	10,1	4,25	39,3	65,5	57
	Компот из кураги	150	200	0,225	0	15,075	0,3	0	20,1	60,75	81	521
	Хлеб ржаной	40	50	2,64	0,96	13,36	3,3	1,2	16,7	69,6	87	115
	Азу по-татарски	110	130	16,11	9,29	11,44	19,04	11,72	13,52	168,22	198,8	370
	Итого за обед	480	630	29,46	21,615	48,36	35,46	28,96	62,95	413,95	543,85	
Ужин	Сырники из творога	150	150	46,1	22	30,1	46,1	22	46,1	411	411	326
	Соус молочный	50	50	2,385	3,205	7,855	2,385	3,205	7,855	65,25	65,25	449
	Компот из шиповника	150	200	0,375		20,25	0,5		27	82,5	110	527
	Хлеб пшеничный	20	30	1,52	0,32	9,84	2,28	0,48	14,76	47	70,5	114
	Салат морковный	50	50	0,55	10,1	4,55	0,55	10,1	4,55	66	66	19
	Итого за ужин	370	430	50,38	25,525	68,045	51,265	25,685	95,715	605,75	656,75	
	Итого за 1 день	1295	1600	95,895	60,28	164,5	106,685	70,715	222,385	1337,7	1621,9	