

Заведующий

Утверждаю

(подпись)

/ Н.В. Юмашева

(расшифровка подписи)

Н.В.Юмашева /
(расшифровка подписи)

День 1

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Неделя 2

День 1

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Возрастная категория: с 3 до 7 лет								
Присм пищи	Наименование	блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецепту ры
			блюда г					
завтрак	Каша молочная геркулесовая		180	5,72	7,66	19,67		
	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	13,92	68,70	84
	Масло сливочное (порциями)		7	0,05	5,07	0,09	46,27	88
	Яйцо вареное		40	5,10	4,60	0,30	63,00	283
	Какао с молоком		200	3,30	2,90	13,80	94,00	43/1
итого за завтрак			457	16,30	20,56	47,78	440,27	
второй завтрак	Яблоки свежие тертые		100	0,35	0,35	8,62	41,36	172
итого за второй завтрак			100	0,35	0,35	8,62	41,36	
обед	Салат из соленых огурцов с луком		50	0,43	2,60	1,31	29,90	130
	Свекольник с мясом и со сметаной		180	3,04	4,70	9,90	104,51	20
	Котлета мясная		70	9,84	8,02	7,16	139,13	199
	Гороховое пюре		130	15,86	3,03	16,29	147,30	187
	Хлеб пшеничный		60	4,26	0,66	27,84	137,40	84
	Компот из консервированных фруктов		200	0,48	0,18	32,44	133,40	45
итого за обед			690	33,91	19,19	94,94	691,64	
полдник	Печенье		50	3,75	4,88	37,25	208,50	68
	Молоко кипяченое		200	5,80	5,00	9,60	108,00	32
итого за полдник			250	9,55	9,88	46,85	316,50	
ужин	Макароны отварные с сыром		180	10,80	9,00	31,75	252,00	153
	Хлеб пшеничный		40	2,84	0,44	18,56	91,60	84
	Чай с вареньем		200	0,40	0,10	14,90	62,00	46
	Фрукты		100	0,40	0,40	9,80	44,00	124
итого за ужин			520	14,44	9,94	75,01	449,60	
Итого за день:			2017	74,55	59,92	273,20	1939,37	