

Утверждаю

/ Е.Н.Кузнецова /

(подпись)

(расшифровка подписи)

ЛИСИ)

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								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецепту ры	
		блюда г	Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная геркулесовая	180	5,72	7,66	19,67	168,30	158	
	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	
	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00	43/1	
итого за завтрак		417	11,20	15,96	47,48	377,27		
второй завтрак	Пюре яблочно-морковное	100	0,53	0,18	10,33	46,22	171	
итого за второй завтрак		100	0,53	0,18	10,33	46,22		
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:		1977	69,63	55,15	274,61	1881,23		