

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Неделя 2 День 6</b>		2-3/3-7 лет	2-3/3-7 лет	2-3/3-7 лет	2-3/3-7 лет	2-3/3-7 лет	
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Яйцо вареное	40/40	5.08	4.6	0.28	63	213
	Каша гречневая с маслом	150/180	4.63	3.93	20.79	137.08	168
			5.55	4.72	24.9	164.5	
	Бутерброд с маслом	15/25	0.74	2.27	4.39	40.8	1
			1.23	3.78	7.31	68	
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150/180	2.15	1.47	15.5	84	396
			2.58	1.76	18.6	100.8	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>норма 350/400</b>	<b>355/425</b>	<b>12.6</b>	<b>12.27</b>	<b>40.96</b>	<b>324.88</b>	23.21
			<b>14.44</b>	<b>14.86</b>	<b>51.09</b>	<b>396.30</b>	22.02
<b>2 ЗАВТРАК</b>							
	Снежок	130	3.61	3.23	14.19	100.62	401
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>130</b>	<b>3.61</b>	<b>3.23</b>	<b>14.19</b>	<b>100.62</b>	7.19 5.59
<b>ОБЕД</b>							
	Суп картоф. с макар. изд. с мясом	180/200	4.46	2.39	12.38	88.74	82
			4.95	2.65	13.76	98.6	
	Жаркое по-домашнему с мясом	170/220	19.47	4.99	17.32	191.88	276
			25.32	6.49	22.51	249.44	
	Капуста тушеная	25/25	0.5	0.93	2.37	32.75	132
	Компот из свежих плодов (яблок)	150/180	0.12	0.12	17.91	73.2	376
			0.14	0.14	21.49	87.84	
	Хлеб ржано-пшеничный	30/50	2.07	0.36	12.72	64.2	ТН
			3.45	0.6	21.2	107	
<b>Итого за обед</b>	<b>норма 450/600</b>	<b>555/675</b>	<b>26.62</b>	<b>8.79</b>	<b>62.7</b>	<b>450.77</b>	32.20
			<b>34.36</b>	<b>10.81</b>	<b>81.33</b>	<b>575.63</b>	31.98
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба обыкновенная	50/60	5.82	3.54	37.7	211.5	466
			6.98	4.25	45.25	253.8	
	Чай с сахаром	180/200	0.05	0.01	8.39	33.59	392
			0.05	0.01	9.3	37.23	
<b>Итого за полдник</b>	<b>норма 200/250</b>	<b>230/260</b>	<b>5.87</b>	<b>3.55</b>	<b>46.09</b>	<b>245.09</b>	17.51
			<b>7.03</b>	<b>4.26</b>	<b>54.55</b>	<b>291.03</b>	16.17
<b>УЖИН</b>							
	Суп молочный с крупой (рис)	180/200	4.34	4.57	15.15	119.16	94
			4.82	5.08	16.83	132.4	
	Кисель из ягод свежих (клюквы)	180/200	0.08	0.04	23.52	94.68	378
			0.09	0.04	26.07	104.94	
	Печенье	25/25	1.83	4	17.14	98.21	ТН
	Хлеб пшеничный	20/35	1.66	0.18	10.58	51.8	ТН
			2.91	0.31	18.56	90.87	
<b>Итого за ужин</b>	<b>норма 400/450</b>	<b>405/460</b>	<b>7.91</b>	<b>8.79</b>	<b>66.39</b>	<b>363.85</b>	25.99
			<b>9.65</b>	<b>9.43</b>	<b>78.60</b>	<b>426.42</b>	23.69
<b>Итого за день</b>			<b>56.61</b>	<b>36.63</b>	<b>230.33</b>	<b>1485.21</b>	
			<b>69.09</b>	<b>42.59</b>	<b>279.76</b>	<b>1790.00</b>	