

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда				Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 8		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		
ЗАВТРАК								
	Каша пшеничная молочная с маслом с сахаром	150/180	3.46	6.49	23.59	141.13	185	
			4.15	7.79	28.31	169.36		
	Закрытый бутерброд с повидлом	45/60	2.45	3.93	21.06	129	5	
			3.26	4.03	29.14	166		
	Какао с молоком	150/180	3.15	2.72	12.96	89	397	
			3.78	3.26	15.55	106.8		
Итого за завтрак	норма 350/400	355/420	9.06	13.14	57.61	359.13		25.65
			11.19	15.08	73	442.16		24.56
2 ЗАВТРАК								
	Йогурт	130	3.87	3.23	14.19	101.91	401	
Итого за 2 завтрак		130	3.87	3.23	14.19	101.91		7.28 5.66
ОБЕД								
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	150/200	2.01	3.05	7.92	67.19	86	
			2.68	4.06	10.56	89.59		
	Плов из курицы	130/170	12.16	11.3	20.34	231.04	304	
			16	14.87	26.76	304		
	Икра свекольная	30/50	0.7	1.38	3.7	30.03	54	
			1.17	2.3	6.17	50.05		
	Компот из апельсина	150/180	0.33	0.08	24.49	103.95	374	
			0.4	0.1	29.39	124.74		
	Хлеб ржано-пшеничный	30/50	2.07	0.36	12.72	64.2	ТН	
			3.45	0.6	21.2	107		
Итого за обед	норма 450-600	490/650	17.27	16.17	69.17	496.41		35.46
			23.7	21.93	94.08	675.38		37.52
ПОЛДНИК								
	Вафли	50/50	1.6	1.4	40.6	171	ТН	
	Напиток из плодов шиповника	150/200	0.51	0.21	14.23	61	398	
			0.68	0.28	18.93	81.13		
Итого за полдник	норма 200/250	200/250	2.11	1.61	54.83	232		16.57
			2.28	1.68	59.53	252.13		14.01
УЖИН								
	Биточки рыбные запеченные	60/80	7.98	2.82	5.75	80.25	255	
			10.64	3.76	7.67	107		
	Картофель в молоке	100/150	2.2	3.35	12	87.12	126	
			3.33	5.07	18.18	132		
	Сок фруктовый в ассортименте	150/180	0.60	0.45	16.5	68.25	399	
			0.72	0.54	19.8	81.9		
	Фрукты свежие в ассортименте/Банан	100/100	0.8	0	13.1	54	368	
	Хлеб пшеничный	25/40	2.07	0.22	13.24	64.87	ТН	
			3.28	0.34	20.9	102.8		
Итого за ужин	норма 400/450	435/550	13.65	6.84	60.59	354.49		25.32
			18.77	9.71	79.65	477.70		26.54
Итого за день			45.96	40.99	256.39	1543.94		
			59.81	51.63	320.45	1949.28		