

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Неделя 2 День 9</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>							
	Каша геркулесовая молочная с маслом с сахаром	150/180	3.71	4.53	20.69	141.13	185
			4.45	5.44	24.83	169.36	
	Кофейный напиток с молоком	150/180	2.34	2	10.63	70	395
			2.8	2.4	12.7	84	
	Яйцо вареное	40/40	5.08	4.6	0.28	63	213
	Бутерброд с маслом	15/25	0.74	2.27	4.39	40.8	1
			1.23	3.78	7.31	68	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>норма 350/400</b>	<b>355/425</b>	<b>11.87</b>	<b>13.4</b>	<b>35.99</b>	<b>314.93</b>	22.50
			<b>13.56</b>	<b>16.22</b>	<b>45.12</b>	<b>384.36</b>	21.35
<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 картофельный с мясными фрикадельками	150/200	3.98	3.11	9.27	81	83
			5.31	4.15	12.36	108	
	Котлета мясная	60/60	9.32	7.07	9.64	139	282
	Пюре картофельное с морковью	100/150	1.88	3.05	11.89	82.57	322
			2.85	4.62	18.02	125.1	
	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	372
			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>515/665</b>	<b>17.87</b>	<b>14.64</b>	<b>63.8</b>	<b>472.72</b>	33.77
			<b>21.57</b>	<b>17.51</b>	<b>85.08</b>	<b>599.69</b>	33.32
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Вафли	30/50	0.96	0.84	24.4	102.6	ТН
			1.6	1.4	40.6	171	
	Компот из сушеных фруктов (изюма)	180/200	10.8	0.02	25	101.7	376
			11.97	0.03	27.7	112.72	
<b>Итого за полдник</b>	<b>норма 200/250</b>	<b>210/250</b>	<b>11.76</b>	<b>0.86</b>	<b>49.4</b>	<b>204.3</b>	14.59
			<b>13.57</b>	<b>1.43</b>	<b>68.3</b>	<b>283.72</b>	15.76
<b>УЖИН</b>							
	Фрукты свежие в ассортименте/Груша	80/80	0.32	0.24	7.55	33.39	368
	Вареники ленивые с маслом	130/160	19.3	14.1	19.9	283.4	230
			23.7	17.4	24.5	348.8	
	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	8.39	33.59	392
			0.05	0.01	8.39	33.59	
	Хлеб пшеничный	20/30	1.64	0.17	10.51	51.51	ТН
			2.49	0.26	15.93	78.04	
<b>Итого за ужин</b>	<b>норма 400/450</b>	<b>410/450</b>	<b>21.31</b>	<b>14.52</b>	<b>46.35</b>	<b>401.89</b>	28.71
			<b>26.56</b>	<b>17.91</b>	<b>56.37</b>	<b>493.82</b>	27.43
<b>Итого за день</b>			<b>66.42</b>	<b>46.65</b>	<b>209.73</b>	<b>1494.46</b>	
			<b>78.87</b>	<b>56.30</b>	<b>269.06</b>	<b>1862.21</b>	