

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 2 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 5								
Завтрак:	Каша жидкая молочная (рисовая)	210	2,17	3,89	22,51	134,0	0	№185
	Чай с сахаром	180	0,36	0,09	0,072	2,54	0,18	№392
	Бутерброд с маслом	60/80	3,672/ 4,896	11,328/ 15,104	21,93/ 29,24	204/272	0/0	№1
2-Завтрак:	Сок ягодный	150/180	0,9	0,36	29,34	123,0	3,6	№399
Обед:	Суп фасолевый на курином/мясном бульоне	150/250	6,0/8,5	6,17/8,79	14,72/2 2,77	136,94/202, 06	9,47/15,1	№52
	Котлете рубленая с пюре картофельным	195/260	12,44	9,24	12,56	183	0,12	№282
		120/150	3,4	53,35	20,52	152,5	20,17	№321
	Салат из белокочанной капусты	50	0,704	2,54	4,5	43,7	16,22	№20
	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0,66	0,09	32,01	132,8	0,73	№349
Хлеб ржаной	40/50	2,8	0,55	24,7	116	0	б/н	
Полдник:	Снежок	150/180	4,86	4,5	19,44	142,2	1,62	№401
	Кекс							
Ужин:	Оладьи	60/80	7,05	11,28	38,08	281,54	0,34	
	Чай с сахаром	180	0,36	0,09	0,072	2,54	0,18	№392
Итого за 5 день:								

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 2 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 10								
Завтрак:	Каша молочная жидкая из смеси круп	150/210	3,45/4,59	3,38/4,9	21,23/26,32	129,16/168,0	0/0	№46
	Чай с лимоном	150/180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83	№393
	Бутерброд с повидлом	60/80	2,51	3,93	28,88	161	0,48	№2
2-Завтрак:	Сок ягодный	150/180	0,9	0,36	29,34	123,0	3,6	№399
Обед:	Суп с клёцками на курином/мясном бульоне	200/250	6,08/7,8	7,83/10,7	16,99/23,75	158,8/217,1	9,37/14,9	№37
	Рыба тушеная с овощами	60/80	5,74/7,66	2,89/3,85	1,54/2,2	55/74	1,25/1,96	№247
	с пюре картофельным	120/150	3,4	53,35	20,52	152,5	20,17	№321
	Напиток из плодов шиповника	150/180	0,61	0,25	18,67	79,0	90,0	№50
	Хлеб ржаной	40/50	2,8	0,55	24,7	116	0	б/н
Полдник:	Какао с молоком	150/180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	№397
	Сушки							
Ужин:	Винегрет овощной	150/200	2,73	12,35	16,88	189,6	20,5	№45
	Чай с сахаром	180	0,36	0,09	0,072	2,54	0,18	№392