

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
День 2			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	150	5,79	5,85	19,31	148,3	30
	Какао со сгущенным молоком	180	2,78	3,14	22,1	122,33	21
	Батон	20	1,51	0,18	9,34	42,71	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	10,1	13,29	5079	350,61	
	От 3 лет до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	160	5,79	5,85	19,31	148,3	30
	Какао со сгущенным молоком	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	Батон	35	2,65	0,31	16,34	74,75	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		400	11,55	13,77	60,25	396,34	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
Итого за второй завтрак		100	3,18	3,2	3,8	56,7	
	От 3 лет до 7 лет						
Второй завтрак	Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
Итого за второй завтрак		100	3,18	3,2	3,8	56,7	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	78
	Бульон куриный с гренками	155	2,62	4,43	5,82	72,37	9
	Плов из отварной курицы	130	14,61	9,57	27,08	246,18	54

	Компот фруктовый	150	0,08	0,04	11,26	43	118
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		505	20,45	16,54	59,15	452,88	
	От 3 лет до 7 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	78
	Бульон куриный с гренками	208	3,13	4,49	8,89	86,47	9
	Плов из отварной курицы	180	17,4	10,54	31,11	281,21	54
	Компот фруктовый	200	0,11	0,05	11,69	44,87	118
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		688	24,8	18,72	71,04	534,55	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Омлет	110	8,46	11,66	3,34	151,37	75
	Батон	30	227	0,27	14,01	64,08	5
	Яблоко	95	0,38	038	9,31	39,9	102
	Кисель	180	0,03	-	9,74	39,19	34
Итого за уплотненный полдник		390	7,91	11,05	44,31	301,8	
	От 3 лет до 7 лет						
	Омлет	135	10,89	15,73	3,82	199,49	75
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	Кисель	180	0,03	-	9,74	39,19	34
		450	14,34	16,47	41,55	364,02	
Итого за уплотненный полдник	От 1 года до 3 лет						
Итого за день			44,87	45,34	150,14	1154,73	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день			53,87	52,16	176,64	1351,61	