

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5,79	5,85	19,31	148,3	30
	Чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
	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		370	8,64	10,46	46,08	303,2	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,72	7,8	25,7	197,73	30
	Чай с соком	200	0,32	0,23	11,91	48,04	98
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		445	11,1	12,51	56,33	368,58	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42	119
Итого за второй завтрак		120	1,9	2,76	24,78	125,42	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13	119
Итого за второй завтрак		130	2,65	3,94	32,27	167,13	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	70
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	150	2,26	5,78	8,63	94,45	64

	Кнели из говядины	60	11,69	9,53	3,72	146,56	673
	Рис отварной	110	2,94	4,92	25,28	150,89	65
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	
	Компот из свежих яблок	150	0,07	0,07	11,7	44,82	39
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	49,62	95
Итого за обед		550	19,92	22,71	63,64	524,13	
От 3 до 7 лет							
Обед	Салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	70
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	200	2,79	7,44	12,43	124,88	64
	Кнели из говядины	70	13,88	10,8	6,2	176,02	673
	Рис отварной	130	3,46	5,8	29,7	177,48	65
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	
	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,07	11,87	45,53	39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		710	24,19	27,66	78,87	641,99	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Омлет	110	8,46	11,66	3,34	151,37	75
	Кисель	180	0,3	0	9,74	39,19	34
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
Итого за полдник		415	11,14	12,31	36,4	294,54	
От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Омлет	135	10,89	15,73	3,82	199,49	75
	Кисель	200	0,3	0	9,74	39,19	34
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
Итого за полдник		460	13,57	16,38	3688	342,66	

		1455/ 1745	41,6/ 51,51	48,24/ 60,49	170,9/ 204,35	1247,29/ 1520,36	
--	--	-----------------------	------------------------	-------------------------	--------------------------	-----------------------------	--