

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша рисовая	150	4,22	6,03	17,08	135,25	32
	Какао с молоком сгущенным	180	2,78	3,14	22,1	122,23	21
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	854	13,47	48,56	337,57	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша рисовая	200	5,61	7,13	23,9	176,26	32
	Какао с молоком сгущенным	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	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	11,76	15,1	67,18	434,99	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Чай с соком	100	0,16	0,115	5,6	24,02	98
Итого за второй завтрак		100	0,16	0,115	5,6	24,02	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Чай с соком	100	0,16	0,115	5,6	24,02	98
Итого за второй завтрак		100	0,16	0,115	5,6	24,02	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат витаминный	30	0,55	2,08	4,03	36,12	68
	Свекольник на мясном бульоне	150	2,5	5,78	10,01	99,55	74
	Котлета рыбная любительская	60	7,65	3,2	1,57	65,35	42

	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Напиток из свежих фруктов	150	0,05	0,05	8,9	34,15	52
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	49,62	95
Итого за обед		530	15,86	15,09	56,51	411,9	
От 3 до 7 лет							
Обед	Салат витаминный	50	0,83	3,09	4,89	49,6	68
	Свекольник на мясном бульоне	200	2,88	6,41	12,06	114,59	74
	Котлета рыбная любительская	70	8,83	3,3	1,84	71,97	42
	Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0,08	0,08	13,77	54,16	52
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		690	19	19,01	70,91	514,85	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	140	17,2	11,19	13,37	219,72	69
	Сладкий соус	15	0,55	0,015	7,46	29,76	78
	Компот из яблок с лимоном	180	0,3	0,2	25,1	103	528
	Яблоко	52,8	0,21	0,21	5,17	22,17	102
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
Итого за полдник		407,8	19,78	11,79 5	60,44	417,37	
От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	160	21,8	14,86	21,61	302,08	69
	Сладкий соус	20	0,7	0,032	8,42	34,52	78
	Компот из яблок с лимоном	180	0,3	0,2	25,1	103	528
	Яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102

	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
Итого за полдник		432,8	24,53	15,47 2	69,64	504,49	
		1392,8/ 1667,8	44,34/ 55,45	40,47/ 49,69 7	171,11/ 213,33	1190,82/ 1478,35	