

Прием пищи	Наименование блюд	1-3 лет					3-7 лет						№ рецептур ы	
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюда	Питательные вещества		Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С			
			Б	Ж				У	Б			ж		у
4 день														
Завтрак	Каша геркулесовая со сливочным маслом	150	1,94	6,79	17,05	129	1,04	200	5,71	8,55	24,71	172	1,17	47
	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	2,39	14,78	89,02	0,98	180	2,51	2,78	17,74	106,82	1,18	52
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/4	2,3	3,5	14,8	100,4	0	40/5	3,1	4,4	23,24	127,9	0	
Итого:			6,3	12,7	46,6	318,4	2,01		11,3	15,8	65,7	406,0	2,4	
2-ой завтрак	Банан	120	1,9	0,3	10,1	53,8	12,5	130	2,0	0,4	11,4	60,1	13,0	13
Итого:			1,9	0,3	10,1	53,8	12,5		2,0	0,4	11,4	60,1	13,0	
Обед	Суп вермишелевый на курином бульоне	180	7,2	6,58	15,32	114,3	9,72	200	8,0	7,31	17,02	127,0	10,8	8
	Курица отварная	50	14,0	14,0	0,74	79,5	3,3	70	19,6	19,6	1,04	111,35	4,6	20
	Овощи тушеные	100	1,9	7,43	11,29	119,49	32,6	150	2,8	11,15	16,39	139,94	48,9	26
	Компот из сухофруктов	150	0	0	19,05	78,24	0,38	180	0	0	21,64	88,75	0,5	50
	Хлеб Ржаной	30	1,4	0,22	11,76	55,78	0,2	38	2,81	0,44	23,52	72,4	0,3	
Итого:			25,7	28,4	64,5	482,71	46,2		34,81	38,7	88,11	586,64	64,6	
Полдник	Компот из черной смородины	180	0,05	0	11,48	46,22	0,48	200	0,07	0	15,31	61,62	0,64	
	Винегрет овощной	40	0,6	4,1	2,7	49,6	10,04	60	0,84	6,1	4,3	74,4	15,59	9
	Хлеб пшеничный	30	2,39	0,98	17,9	86,8	0	40	3,19	1,31	23,9	115	0	
Итого:			3,0	5,1	32,1	182,6	10,9		4,1	7,4	43,5	251,0	16,2	
Итого за 4 день			36,9	46,5	153,3	1037,51	71,61		52,21	62,3	208,7	1303,74	96,2	

