

№ рец.	День: вторник Неделя: первая Сезон: весенне - летний Возрастная категория: с1 года до 3 лет	Масса	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	Витамины
			белки	жиры	углевод ы		
	Прием пищи, наименование блюда					Ккал	С
	Завтрак						
212	Каша из крупы "Геркулес" вязкая	150	6,3	6,8	23,6	180,6	0,54
460	Чай с молоком	150	1,1	1	8,7	48	0,02
1	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	18,16	91,5	0
79	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0
	Всего, ккал за завтрак	350	10,28	15,45	50,59	386,19	0,56
	2-й завтрак						
501	Соки овощные ,фруктовые и ягодные	180	0,9	0,18	18,18	77,4	6,6
	Всего, ккал за завтрак	180	0,9	0,18	18,18	77,4	6,6
	Обед						
14	Салат из свежих огурцов	40	0,3	2,4	0,7	26	1,4
117	Суп из овощей	180	1,2	3,3	6,4	60	3,4
375	Плов из отварной птицы	150	15,1	16,9	19,5	219,4	0,8
495	Компот из смеси фруктов	150	0,4	0,07	15,1	63	0,15
1	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	18,16	91,5	0
1	Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8	0
	Всего, ккал на обед	580	20,84	23,31	68,72	502,7	5,75
	Полдник						
285	Пудинг творожный запеченый	100	1,8	4,9	17,7	184,5	0,2
82	Фрукты свежие	95	0,4	0,4	9,3	41,8	6,6
484	Кисель из концентрата плодового или	150	0	0	12,4	50	0
		345	2,2	5,3	39,4	276,3	6,8
	Всего, за день	1455	34,22	44,24	176,89	1242,59	19,71

Утверждено
Зав. д. Е. Ивкс-
никова Н. Ф.