

№ рец.	День: среда Неделя: первая Сезон: весенне - летний Возрастная категория: с 1 года до 3 лет	Масса	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ккал	витамины С
			белки	жиры	углевод ы		
	Прием пищи, наименование блюда						
	Завтрак						
229	Каша манная молочная жидкая с изюмом	150	4,8	5	33,8	199,5	0
457	Чай с сахаром	150	0,15	0,2	7	28,5	0
1	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	18,16	91,5	0
75	Сыр полутвердый (порциями)	10	2,32	2,95	0	35,8	0,07
	Всего, ккал за завтрак	350	10,07	8,55	58,96	355,3	0,07
	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						
47	Винегрет овощной	40	0,5	2,4	2,6	34,8	2,4
129	Суп- лапша домашняя	180	4,9	4,6	16,6	127,3	0,3
258	Макароны отварные с овощами	120	4	2,7	20,7	124,8	2,5
302	Кнели рыбные припущенные	60	7,4	0,6	1,9	43,2	0,2
487	Компот из яблок и лимона	150	0,2	0,1	10,7	45	2,4
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
	Итого ккал на обед	610	20,84	11,04	79,52	509,4	7,8
	Полдник						
544	Булочка российская	60	4,1	4,2	28,5	168	0
82	Фрукты свежие	95	0,4	0,4	9,3	41,8	6,6
470	Кисломолочный напиток	150	4,3	3,7	6	75,75	1,1
	Всего, ккал за полдник	305	8,8	8,3	43,8	285,55	7,7
	Всего, за день	1445	40,61	28,07	200,46	1227,65	22,17

Утверждено
Зав. д.с. *Иванов*
Иванов И.Ф.

