

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическа я ценность		№ рецеп туры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя3 День 15		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	
Завтрак	Макароны с сыром	150	200	8.12	10.2	9.55	11.9	20.5	25.6	201	251	204
	Бутерброд с маслом	35/7	45/10	2,36	2.95	7.49	9.37	14.9	18.6	136	170	1
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3.5	7	2.8	5.6	15.7	31.4	102.9	135.8	85
Итого за завтрак				13.98	20.15	19.84	26.87	51.1	75.6	439.9	626.8	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	9.9	9.9	43	43	442
Обед	Суп рисовый на курином бульоне	180	200	1.8	2	2.02	2.24	12.2	13.6	74.3	82.6	80
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Капуста тушенная	120	150	2.41	3.02	4.52	5.66	8.11	10.14	87.6	109.5	27
	Котлета мясная	60	80	7.03	9.84	5.73	8.02	5.11	7.16	99.38	139.13	6
	Компот лимонный	180	200	0.1	0.2	0	0	29.9	39.8	82.3	134.6	436
Итого за обед				14.38	18.86	12.59	16.32	65.02	95.3	437.58	613.83	
Полдник	Вафли	70	80	0.84	1.05	0.99	1.23	23.19	28.98	106.7	133.3	93
	Конфета	15	15	11.4	11.4	13.3	13.3	34.2	34.2	190	190	504
	Чай с сахаром	180	200	0.09	0.1	0	0	6.75	7.5	26.1	29	160
Итого за полдник				12.33	12.55	14.29	14.53	64.14	70.68	322.8	352.3	
Итого за 15 день				41.19	52.06	46.82	57.82	190.16	251.48	1243.28	1635.93	