

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическа я ценность		№ рецеп туры
				Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя3 День 11		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	Каша рисовая молочная	150	200	3.75	7.5	6.15	12.3	22.7	45.4	161.25	322.5	131
	Бутерброд с маслом	35/7	45/10	2,36	2.95	7.49	9.37	14.9	18.6	136	170	1
	Чай с лимоном	180	200	0.1	0.2	0	0	9.9	19.8	40.7	81.4	89
Итого за завтрак				6.21	10.65	13.64	21.67	47.5	83.8	337.95	573.9	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.1	0.1	9.9	9.9	43	43	442
Обед	Суп – уха из консерв с геркулесовой крупой	180	200	7.24	8.48	5.2	6.5	20.24	25.3	112.8	150.3	67
	Хлеб пшеничный	40	50	3.04	3.8	0.32	0.4	19.7	24.6	94	118	114
	Гречка по – купечески	120	150	12.3	16.45	16.3	17.45	34.68	47.02	334.7	402.05	11
	Салат винегрет	40	60	0.6	0.81	2.77	3.69	3.46	4.6	41.22	54.96	45
	Компот из с/ф	180	200	0.33	0.66	0.015	0.03	20.82	41.64	184.75	269.5	376
Итого за обед				23.51	30.2	24.605	28.07	98.9	133.16	667.47	834.81	
Полдник	Колбаса в тесте	70	80	4.37	5	5.2	6.27	1.603	1.832	121.02	138.31	448
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3.5	7	2.8	5.6	15.7	31.4	102.9	135.8	85
Итого за полдник				7.87	12	8.06	9.87	17.303	33.232	223.92	344.11	
Итого за 11 день				38.09	53.35	46.405	59.71	173.6	260.09	1272.34	1795.82	