

Прием пищи Неделя 2 День 8	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
завтрак:	Каша молочная "Дружба"			150	200	5.21	6.16	6.48	7.07	20.80	27.60	155.00	237.23	99 алгоритм
	рис	7	8											
	пшено	8	9											
	молоко	130	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	вода	20	50											
	Хлеб пшеничный с маслом			20/5	25/5	1.60	2.40	4.60	4.60	9.90	14.90	87.00	111.00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	20											
	масло сливочное	5	5											
Чай с сахаром			180	200	0.00	0.00	0.00	0.00	12.00	13.33	48.00	53.33	56 азб. пит.	
чай заварка	0.375	0.45												
сахар	5	6												
вода	180	200												
второй завтрак:	Фрукты свежие	102	105	120	150	0.41	0.42	0.41	0.42	10.00	10.30	48.00	49.00	847 сб. рец
итого за завтрак:						7.22	8.98	11.49	12.09	52.70	66.13	338.00	450.56	
обед:	Свекольник со сметаной			150	200	1.31	1.82	3.54	4.91	9.17	12.74	73.80	102.50	270 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	свекла	50	60											
	томат-паста	2	2											
	масло растительное	3	3											
	сметана	10	12											
	вода	130	180											
	Печень по-строгановски			60	80	8.60	11.52	3.47	4.62	33.00	44.00	102.00	130.00	50 рецептура
	печень говяжья	75	95											
	мука пшеничная	2	2											
	морковь	13	17											
	лук	13	17											
	сметана	10	10											
	масло растительное	3	3											
	вода	30	40											
	Макароны отварная с маслом			110	130	1.67	2.44	2.65	3.46	12.60	15.50	94.00	120.25	414 сб. Рец
	макаронные изделия	38	45											
масло сливочное	2	3												
Салат из квашеной капусты			40	60	1.11	1.48	2.32	2.47	4.30	5.70	41.20	48.00	152 орг.дет.пит	
капуста	40	60												
лук	5	6												
масло растительное	1	2												
Компот из свежих фруктов			150	180	0.16	0.18	0.16	0.18	11.90	14.40	51.00	61.00	90 алгоритм	
фрукты свежие	35	45												
сахар	5	6												
вода	150	180												
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1.52	2.05	0.16	0.22	9.80	13.30	47.00	63.00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1.57	1.96	0.31	0.39	13.80	17.30	65.00	81.00	121 алгоритм	
итого за обед:						17.05	21.45	12.61	16.25	94.57	122.94	474.00	605.75	
полдник:	Омлет натуральный			100	110	5.30	6.40	2.80	2.90	26.70	35.20	152.10	203.42	438 сб. рец.
	яйцо	58	67											
	молоко	39	43											
	масло сливочное	3	4											
	Зеленый горошек			40	50	0.60	1.00	0.04	0.07	1.27	2.11	17.79	21.99	99 рецептура
	Хлеб пшеничный			20	20	1.14	1.52	0.12	0.16	7.35	9.80	35.25	47.00	120 алгоритм
	Кофейный напиток на молоке			150	180	3.36	3.41	2.84	3.01	14.88	16.00	99.60	101.11	89 алгоритм
	кофейный напиток	1.8	2.25											
сахар	5	6												
молоко	130	150												
вода	50	50												
итого за полдник:						10.40	11.33	5.76	6.07	48.93	61.00	286.95	351.53	
Итого за день:						34.67	41.76	29.86	34.41	196.20	250.07	1098.95	1407.84	