

Прием	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
		Неделя 1	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	
День 3														
завтрак:	Каша гречневая молочная			150	200	5.30	6.30	2.80	2.90	26.70	37.20	152.10	203.00	679 сб.реп.
	крупa гречневая	15	17											
	молоко	130	150											
	масло сливочное	3	4											
	сахар	4	5											
	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. реп.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	Кофейный напиток			180	200	4.52	4.83	3.91	4.18	17.04	19.11	122.40	134.44	57 азб.пит
кофейный напиток	1.8	2.25												
сахар	5	6												
молоко	130	150												
вода	50	50												
второй завтрак:	Фрукты свежие			102	105	0.41	0.42	0.41	0.42	10.10	10.10	48.00	49.00	847 сб.реп
итого за завтрак:					11.83	13.95	11.72	12.10	63.74	81.31	409.50	497.44		
обед:	Рассольник со сметаной			150	200	1.80	2.60	4.70	6.00	13.80	17.00	128.10	154.00	58 алгоритм
	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											
	крупa перловая	6	8											
	морковь	10	12											
	лук	10	12											
	огурцы соленые	15	20											
	томат-паста	5	6											
	сметана	8	10											
	масло сливочное	1	1											
	масло растительное	2	3											
	мясо	15	16											
	Запеканка из печени с рисом			150	180	13.08	18.40	19.17	26.58	27.43	39.70	185.00	302.35	88 алгоритм
	печень говяжья	95	114											
крупa рисовая	19	23												
яйцо	5	6												
лук	12	15												
масло сливочное	2	2												
масло растительное	2	2												
итого за обед:	Салат из квашеной капусты со свеклой и зеленым горошком			40	60	1.11	1.48	2.32	2.47	4.30	5.70	41.00	48.00	152 орг. дет.пит.
	капуста квашеная	20	30											
	свекла	12	18											
	лук	5	6											
	зеленый горошек	15	22											
	масло растительное	1	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0.20	0.40	0.00	0.00	17.70	20.40	64.80	80.50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	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:					19.28	26.89	26.66	35.66	86.83	113.40	530.90	728.85		
полдник:	Омлет натуральный			100	110	6.00	7.00	5.20	7.82	29.12	32.60	174.00	202.00	134 азб. пит.
	яйцо	58	67											
	молоко	39	43											
	масло сливочное	3	4											
	масло растительное	1	1											
	Икра кабачковая			40	50	0.72	0.95	3.56	4.45	3.12	3.90	48.00	60.00	119 сб.реп
	Хлеб пшеничный			20	20	1.52	1.52	0.16	0.16	9.80	9.80	47.00	47.00	120 алгоритм
	Чай с сахаром			180	200	3.77	4.35	3.25	3.75	6.20	7.20	70.00	81.00	89 алгоритм
чай заварка	0.375	0.45												
сахар	5	6												
вода	180	200												
итого за полдник:					12.01	13.82	12.17	11.57	48.24	53.50	339.00	390.00		
Итого за день:					43.12	54.66	50.55	59.33	198.81	248.21	1279.40	1616.29		

