

Прием пищи	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	
Неделя 1	День 4													
завтрак:	<b>Каша пшеничная молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	3.90	6.30	5.83	9.60	22.90	28.30	127.00	203.00	384 сбюрец
	крупя пшено	15	17											
	молоко	130	150											
	масло сливочное	3	4											
	сахар	4	5											
	вода	20	50											
	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>	2.95	4.26	5.56	6.78	9.90	12.40	102.00	128.00	3 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	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												
второй завтрак:	<b>Сок</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0.75	0.90	0.00	0.00	17.55	21.06	70.50	84.60	847 сб. рец
	<b>Кондитерское изделие</b>			<b>15</b>	<b>25</b>	2.50	3.90	2.30	4.50	18.80	20.40	57.00	83.50	120 алгоритм
итого за завтрак:						13.87	19.71	16.94	24.63	75.35	89.36	426.50	580.10	
обед:	<b>Суп рыбный</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	4.24	6.99	5.61	7.82	14.80	18.30	123.00	167.00	181 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	60	70											
	31.10 - 31.12	66	76											
	31.12 - 28.02	70	80											
	29.02 - 01.09	80	90											
	консервы рыбные	15	22											
	крупя рисовая	6	7											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	2	3											
	вода	130	150											
	<b>Плов из мяса птицы</b>			<b>160</b>	<b>180</b>	13.08	18.40	19.17	26.58	27.43	39.70	185.00	302.35	88 алгоритм
	мясо птицы	85	95											
	крупя рисовая	30	40											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
масло сливочное	2	3												
масло растительное	2	3												
обед:	<b>Салат из свежей капусты</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0.56	0.80	2.00	3.05	3.60	5.40	34.90	52.40	116 алгоритм
	капуста	40	60											
	сахар	1	1											
	морковь	5	7											
	масло растительное	2	2											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	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											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1.52	2.05	0.16	0.22	9.80	13.30	47.00	63.00	120 алгоритм
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1.57	1.96	0.31	0.39	13.80	17.30	65.00	81.00	121 алгоритм	
итого за обед:					21.13	30.38	27.41	38.24	81.33	108.40	505.90	726.75		
полдник:	<b>Вареники ленивые с маслом ,со сметанным соусом</b>			<b>100/8</b>	<b>120/10</b>	16.00	20.90	13.02	16.00	21.10	26.40	184.00	215.00	59 карта блюд
	творог	80	95											
	мука пшеничная	18	20											
	яйцо	6	7											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	3											
сметана	8	10												
<b>Молок кипяченое</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3.77	4.35	3.25	3.75	6.20	7.20	70.00	81.00	89 алгоритм	
итого за полдник:					19.77	25.25	16.27	19.75	27.30	33.60	254.00	296.00		
Итого за день:	Соль йодированная	2.25	3.75	2.25	3.75	54.77	75.34	60.62	82.62	183.98	231.36	1186.40	1602.85	