Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		Белки		Жиры		Углеводы								
Неделя 2														
День 7		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Каша геркулесовая молочная			**150**	**200**	4.60	9.30	4.35	7.50	19.40	36.20	155.00	205.40	96 алгоритм
	крупа геркулесовая	**15**	**17**											
	сахар	**4**	**5**											
	масло сливочное	**3**	**4**											
	молоко	**130**	**150**											
завтрак:	**Хлеб пшеничный с маслом и сыром**			**20/5/8**	**25/5/10**	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**											
	сыр	**8**	**10**											
	Какао на молоке			**180**	**200**	3.36	3.41	2.84	3.01	14.88	16.00	99.60	101.11	89 алгоритм
	какао порошок	**1.2**	**1.5**											
	сахар	**5**	**6**											
	молоко	**130**	**150**											
	вода	**50**	**50**											
второй завтрак:	**Кефир**			**150**	**180**	0.55	0.55	,11	0,11	11,02	11,02	65,46	65,46	437 кар.блюд
	Кондитерское изделие			**15**	**25**	2,5	3,9	2,3	4,5	18,8	20,4	57	83,5	
итого за завтрак:						#######	#######	#######	#######	######	######	#######	#######	
	Суп с мясными фрикадельками			**180**	**200**	4.06	7.32	6.49	8.41	8.60	8.80	127.00	162.00	209 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**											
	морковь	**12**	**15**											
	лук	**12**	**15**											
	мясо	**25**	**30**											
	яйцо	**2**	**3**											
обед:	рис	**6**	**7**											
	вода	**130**	**150**											
	масло растительное	**3**	**4**											
	Рыба тушеная с овощами			**70**	**80**	12.06	16.08	4.14	5.52	1.68	2.24	91.80	122.40	52 рецептура
	рыба свежемороженая	**93**	**106**											
	лук	**13**	**17**											
	морковь	**13**	**17**											
	томат-паста	**8**	**10**											
	масло растительное	**2**	**2**											
	Картофельное пюре			**120**	**150**	3.86	3.95	4.20	4.43	22.32	24.80	144.00	147.00	694 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	**140**	**180**											
	31.10 - 31.12	**145**	**185**											
	31.12 - 28.02	**160**	**200**											
	29.02 - 01.09	**170**	**210**											
	молоко	**20**	**30**											
	масло сливочное	**3**	**4**											
обед:	**Салат из квашеной капусты**			**40**	**60**	0.27	0.38	0.03	0.05	0.57	0.84	4.57	6.00	42 орг. дет. пит.
	капуста квашеная	**40**	**60**											
	масло растительное	**2**	**3**											
	лук	**5**	**6**											
	Сок			**150**	**180**	0.50	0.50	0.10	0.10	10.10	10.10	60.00	66.00	437 карт.блюд
	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:						23.84	32.24	15.43	19.12	66.87	77.38	539.37	647.40	
	Запеканка творожная со сметаной			**100/10**	**120/10**	13.69	17.84	11.45	14.31	17.20	24.30	207.00	258.00	42 азб. пит.
	творог	**70**	**90**											
	крупа манная	**5**	**10**											
	яйцо	**12**	**15**											
полдник:	сахар	**5**	**6**											
	молоко	**10**	**20**											
	масло сливочное	**2**	**3**											
	сметана	**10**	**10**											
	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:						17.46	22.19	14.70	18.06	23.40	31.50	277.00	339.00	
	Соль йодированная	**2.25**	**3.75**	**2,25**	**3,75**									
Итого за день:						########	########	########	########	######	######	########	########	