

Прием пищи Неделя 2 День 9	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 манная молочная			150	200	3.50	6.64	6.20	8.15	25.30	29.80	166.00	182.13	97 алгоритм
	крупa манная	15	17											
	молоко	130	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	вода	20	50											
	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											
	Чай с сахаром			180	200	0.00	0.00	0.00	0.00	12.00	13.33	48.00	53.33	56 аз. пит.
	чай заварка	0.375	0.45											
	сахар	5	6											
	вода	180	200											
	Кондитерское изделие			15	25	2.50	3.90	2.30	4.50	18.80	20.40	57.00	83.50	
второй завтрак:	Сок			110	110	0.50	0.50	0.10	0.10	10.00	10.30	60.00	60.00	437 карт.блюд
итого за завтрак:					9.45	15.30	14.16	19.53	76.00	86.23	433.00	506.96		
обед:	Суп с клецками			150	200	3.20	4.58	5.01	8.49	18.00	23.50	99.00	136.00	213 сб. рец.
	мясо	15	16											
	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											
	лук	12	15											
	морковь	12	15											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	2	3											
	вода	130	180											
	клецки :													
	мука пшеничная	10	12											
	яйцо	2	3											
	вода	10	15											
	Шницель из мяса птицы запеченый			60	70	10.50	12.83	10.53	11.95	3.30	3.80	115.00	118.00	50 орг.дет.лит
	мясо птицы	85	102											
	лук	10	12											
хлеб пшеничный	5	7												
масло растительное	2	3												
Каша гречневая			110	130	2.40	3.57	2.98	3.71	20.00	22.30	113.70	117.63	113 рецептура	
крупa гречневая	30	40												
масло сливочное	2	3												
вода	15	17												
	Салат из свеклы			40	60	0.57	0.86	2.44	3.65	3.34	5.02	37.56	56.34	42 орг. дет.пит.
	свекла	49	73											
	масло растительное	1	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0.50	0.60	0.50	0.60	10.10	12.00	60.00	63.00	90 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:					20.26	26.45	21.93	29.01	78.34	97.22	537.26	634.97	
полдник:	Ватрушки с творогом			60	70	6.80	7.14	3.20	3.84	21.00	22.50	132.00	153.60	463 сб. рец.
	творог	25	30											
	мука пшеничная	35	40											
	яйцо	4	5											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	2											
	дрожжи	0.5	0.5											
молоко	15	20												
Молоко кипяченое			150	180	3.77	4.35	3.25	3.75	6.20	7.20	70.00	81.00	89 алгоритм	
итого за полдник:					10.57	11.49	6.45	7.59	27.20	29.70	202.00	234.60		
	Соль йодированная	2.25	3.75	2.25	3.75									
Итого за день:					40.28	53.24	42.54	56.13	181.54	213.15	1172.26	1376.53		