

Возрастная категория : от 1,5 года до 3 лет							
прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	
Неделя 1							
ДЕНЬ 3 (02.07.2025)							
завтрак	Макароны отварные с маслом сливочным	127,5/2,5	5,11	3,21	32,53	171,7	№205 стр. 214 (2012г.)
	Молоко кипяченое	150,00	4,42	3,95	7,43	82,16	№ 400 стр. 315 (2012г.)
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,35	8,12	15,41	145,4	№1 стр. 95 (2012г.)
Итого за завтрак		320,00	11,88	15,28	55,37	399,26	
второй завтрак	Сок яблочно-шиповниковый	100,00	3,6	0	10,3	41,6	№399, стр. 315 (2012г.)
обед	Борщ с картофелем и сметаной	140/10	1,33	4,64	17,66	115,88	№58 стр. 122, (2012г.)
	Птица, тушеная в соусе с овощами	170,00	13,16	10,21	17,19	212,11	№ 302 стр. 269 (2012г.)
	соус сметанный	15,00	0,19	0,61	0,87	9,74	№ 354 стр.295 (2012г.)
	Компот из сушеных фруктов	150,00	0,45	0	21,86	87,81	№ 868 стр. 372
	Помидор свежий	30,00	0,24	0,03	0,84	4,5	
	Хлеб пшеничный	30,00	2,43	0,3	14,64	72,6	
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,68	66	
Итого за обед		570,00	20,25	15,66	85,87	558,90	
полдник	каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	125,7/4,3	5,79	6,16	27,07	181,68	№168 стр. 174, 184 (2012г.)
	Пирожок с повидлом	60,00	3,59	1,91	28,99	154,07	№453,458, стр.341,345 (2012г.)
	Кефир	150,00	4,2	3,75	5,85	75	
Итого за полдник		340,00	13,58	11,82	61,91	410,75	
ужин	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28,16	№ 391,392 стр.312 (2012г.)
	Хлеб пшеничный	10,00	0,81	0,1	4,88	24,2	
Итого за ужин		167,00	0,85	0,11	11,87	52,36	
Итого за день:		1497,00	50,16	42,87	225,32	1462,87	