День: Пятница Неделя: вторая Сезон: весенне-летний Возрастная категория: с 3-7 , с 1.6-3 лет.

№	Прием пищи,	Масса порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)		Витами ны	
Рецептуры	наименование блюда			Б		ж		У				С	
	Завтрак	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я
№ 168 стр-193	Суп молочный рисовый	200	150	6	4,5	5,5	4,1	17,1	12,8	141,6	106,2	9,0	0,7
	Крупа рисовая	12	9										
	Масло сливочное	2	1,5										
	Сахар	1,6	1,2										
	Молоко	140	105										
	Вода	60	45										
	Хлеб пшеничный	30	20	2,3	1,54	0,9	0,6	14,9	9,96	78,6	52,4	-	-
№ 393 стр.349	Чай с лимоном	180/10/7	150/7/3,5	0,03	0,02			20,33	13,89	75,4	51,53	2,83	1,4
	чай заварка № 391	30	20										
	лимон	8	4										
	сахар	10	7										
	вода	150	130										
№ 6 стр.87	Масло сливочное	5	5	0,07	0,03	7,8	4,1	0,1	0,04	70,9	37,4	Сл	сл
	Сыр	15	10										
	Сыр	16	10,6										
	Обед												
№80 стр131	Суп картофельный с крупой	200	150	2	0,68	2,24	1,79	13,6	5,74	82,6	48,1	6,6	1,1
	Картофель	80	60										
	Морковь	10	7,5										
	Лук репчатый	9,6	7,2										
	Масло растительное	2	1,5										
	Крупа перловая	8	6										

	Вода	140	112,5										
№ 264стр.265	**Фрикадельки рыбные отварные**	**70**	**50**	11,1	10,48	5,18	3,64	10,9	8,44	137,53	100,98	2,0	1,47
	Треска	56	40										
	Хлеб пшеничный	12	9										
	Яйцо	1/5	1/7										
	Масло сливочное	3	2										
	вода	12	9										
№354 стр.301	**Капуста тушенная**	**130**	**110**	2,88	2,4	4,14	3,1	12,15	10,12	97	77,91	63,4	52,8
	Капуста белокачан.	186	158										
	Морковь	3	2,5										
	Лук репчатый	6	5										
	Масло растительн.	4	4										
	Томат паста	5	4										
	Мука	1,5	1,3										
№401 стр. 320	**Кисель из повидла,джема,варенья**	**180**	150	3,54	2,92	3,15	2,6	27,5	22,85	146,2	121,38	1,26	1,01
	Повидло или джем	**21**	18										
	сахар	6	5										
	Лимонная кислота	0,003	0,002										
	Крахмал	6	4										
	Вода	191	143										
	Хлеб пшеничный	**30**	**20**	2,3	1,54	0,9	0,6	14,9	9,96	78,6	52,4		
	Хлеб ржаной	**50**	**40**	3,3	2,64	0,6	0,48	17,1	13,68	90,5	72,4		
	Полдник												
№ 419 стр-330	**Молоко кипяченое**	**180**	**150**	5,6	4,2	5,0	3,75	9,4	7,05	104,0	87,0	2,0	1,5
	Молоко	190	158										
	Печенье заводское	1шт.	1шт.										
	Ужин												
№ 137 стр-163	**Рагу овощное**	**150**	**100**	2,27	1,95	6,15	5,30	19,12	15,58	150,10	136,70	23,20	20,60
	Капуста белокочанная	48/39²	32/25²										
	Масло растительное	6	4										
	Морковь	30/24²	20/16²										

	Лук репчатый	24/20[2]	17/14[2]										
	Картофель	64	43										
	томат паста	4	3										
№ 394 стр-349	**Чай с молоком**	**180**	**150**	2,6	1,92	2,3	2	24,65	11,3	123,24	74,3		0,92
	Чай-заварка № 391	**30**	**20**										
	Сахар	**10**	**7**										
	Молоко	**92**	**92**										
	Вода	**60**	**40**										
	Хлеб пшеничный	**15**	**15**	1,16	1,16	0,6	0,6	7,74	7,47	39,3	39,3	-	
	Итого за день			**43,99**	**34,82**	**43,86**	**32,06**	**201,75**	**141,41**	**1376,27**	**1018,70**	**110,24**	**81,50**