

1 день (сад)

Наименование блюда	№ рецептуры	выход (г.)	химический состав, г.			энергетическая ценность	витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с крупой (гречкой)	548	200	7,7	10,5	25,4	223,6	0
Хлеб пшеничный		40	3	0,36	19,6	94	0
Повидло		10	0	0	6,5	24,5	0
Кофейный напиток без молока	1221	180	0,1	0	6	25,4	0
Яблоко							
Обед							
Суп картофельный с макаронными изделиями	303	200	2,2	2,7	19,2	105,8	10,2
Котлета рубленая из птицы	667	80	12,9	9,5	12,9	186,9	0
Пюре картофельное	429	150	3,5	4,6	25,4	152,3	18
Хлеб ржаной		50	2,3	0,5	24,7	95	18,5
Компот из смеси сухофруктов	1113	180	0,3	0	15,4	65	0,9
Уплотненный полдник							
Шницель рыбный натуральный	511	80	12,3	4,8	7,3	120,3	1,4
Капуста тушеная	440	120	2,8	3,6	11,7	88,7	63,8
Овощ соленый		30	0,8	0	0,4	5,7	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Ужин							
Молоко кипяченое	1226	200	5,6	5	9,4	106	0
Печенье	1312	30	2,8	1,4	11,2	105,2	0
ИТОГО:			57,9	43,16	210,60	1465,49	112,8