

2 день (ясли)

Наименование блюда	№ рецептур ы	выход (г.)	химический состав, г.			энергетич еская ценность	витамин С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Макароньы отварные	569	100	3,6	1,5	26,3	129,4	0
Яйцо отварное	424	40	5	4,6	0,3	63	0
Овощ соленый		20	0,6	0	0,2	4	0
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,4	12,6	60,9	0
Масло сливочное		5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Чай	1203	150	0	0	6,1	22,6	0
Обед							
Щи из квашеной капусты с картофелем	282	150	1,1	3	6	54,4	19,1
Сметана		5	0,1	0,8	0,2	8	0
Птица тушеная в соусе с овощами	909	26/160	11	10,7	26,3	234,3	20,6
Овощ соленый		20	0,6	0	0,2	4	0
Хлеб ржаной		40	2,6	0,4	16	76	0
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43	0
Уплотненный полдник							
Запеканка из творога	620	180	29	6,4	23,5	266,7	0,7
Соус сметанный	1044	50	0,7	3,4	3,3	45,5	0
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Какао (1/2 молока)	1221	150	2,3	2,1	8,8	62,3	0
Ужин							
Кефир 2.5%	1227	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Печенье	1312	30	2,8	1,4	11,2	105,2	0
ИТОГО:			69,3	43,1	167,40	1344,8	41,7