

№ рецептуры	Прием пищи	Возрастная категория (лет)	Выход	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал)	С, мг
				Б	Ж	У		
2 неделя (5 день)								
ЗАВТРАК								
68	Суп молочный с вермишелью	1,5-3	150	4,32	3,9	14,13	108,9	0,7
		3-7	200	5,76	5,2	18,84	145,2	0,92
264	Кофейный напиток с молоком	1,5-3	180	2,85	2,41	14,36	91	1,3
		3-7	180	2,85	2,41	14,36	91	1,3
3	Бутерброд с сыром	1,5-3	30/10	3,29	1,61	9,1	87	0,03
		3-7	30/15	4,57	2,92	14,5	104	0,06
	Итого завтрак	1,5-3	370	10,46	7,92	37,59	286,9	2,03
		3-7	425	13,18	10,53	47,7	340,2	2,28
2-ой завтрак								
268	Сок абрикосовый	1,5-3	150	0,75	-	19,05	79	6
		3-7	180	0,9	-	22,86	95	7,2
	Итого 2-ой завтрак	1,5-3	150	0,75	-	19,05	79	6
		3-7	180	0,9	-	22,86	95	7,2
ОБЕД								
63	Суп «Пуштыешид» на курином бульоне	1,5-3	150	3,45	2,4	7,35	64,5	7,2
		3-7	200	4,6	3,2	9,8	86	9,6
208	Каша гречневая рассыпчатая	1,5-3	110	6,27	4,51	28,34	178,75	-
		3-7	130	7,41	5,33	33,49	211,15	-
201	Птица в соусе с томатом	1,5-3	65	6,89	8,85	2,4	97,43	0,07
		3-7	70	7,42	9,33	2,58	106	0,09
253	Компот из изюма	1,5-3	150	0,33	0,01	20,82	85,5	0,3
		3-7	180	0,40	0,02	25,0	102,6	0,4
	Хлеб пшеничный	1,5-3	20	1,58	0,2	9,66	47,33	-
		3-7	30	2,37	0,3	14,49	71	-
	Хлеб ржаной	1,5-3	30	1,98	0,36	10,02	51,75	-
		3-7	40	2,64	0,48	13,36	69	-
	Итого обед:	1,5-3	525	20,5	16,33	78,6	525,46	7,57
		3-7	650	24,84	18,66	98,72	645,75	10,1
ПОЛДНИК								
130	Яйцо вареное	1,5-3	40	0,7	3,1	4,22	47,4	5,12
		3-7	40	0,81	3,7	5,1	57,0	6,15
309	Пряники	1,5-3	20	1,54	3,36	12,9	88,4	-
		3-7	30	2,31	5,04	19,47	132,6	-
261	Чай с молоком	1,5-3	150	2,65	2,33	11,31	77,0	0,02
		3-7	180	2,67	2,34	14,31	89,0	0,03
	Итого полдник	1,5-3	210	4,89	8,79	28,43	212,8	5,14
		3-7	250	5,79	11,08	38,88	278,6	6,18
	Всего за день	1,5-3	1255	36,6	33,04	163,67	1104,16	20,74
		3-7	1505	44,41	40,27	208,16	1359,55	25,76
	Рекомендуется	1,5-3	1100	31,5	35,25	152,25	1050	33,75
		3-7	1350	40,5	45	195,75	1350	37,5