

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетиче ская ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептур ы
День 10				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша манная молочная	180	200	6,64	7,59	28,1 3	204,00	1,95	51
	Какао с молоком	150	180	3,3	3,4	22,1	132,1	0,4	93
	Бутерброд с сыром	30 13	30 11	2,30	4,36	14,6 2	108,00		75
2-ой завтрак	Яблоко	130	130	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Салат из моркови	50,00	55,00	0,66	6,06	6,36	82,80	9,24	58
	Щи крестьянские на к/б со сметаной	180/10	200/10	6,45	5,16	21,9 2	148,87	6,05	10
	Плов с мясом кур	160	180	9,45	5,85	26,8 8	195,15	0	38
	Компот из с/ф	150	180	0,15	0,01	24,4 3	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	30	45	3,04	0,55	15,3 6	80,04	0	77
Полдник	Оладьи из печени	80	80	12,02	9,51	21,8 0	221,40	0,072	43/1
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	2,64	0,92	18,0 0	92,21	0	76
	Чай	150	180	3,3	3,4	22,1	132,1	0,4	93
	Печенье овсяное	50	33	0,64	0,56	16,0 2	70	0	80/1
Ужин	Йогурт		200	5,80	5,00	9,60	106,00	2,6	95
	Печенье овсяное		30	0,64	0,56	16,0 2	70	0	80/1

Итого за 10 день				45,99	45,0 0	215, 95	1460,99	83,25	
-----------------------------	--	--	--	-------	-----------	------------	---------	-------	--