

9^е День: 4
 Неделя: 2
 Сезон: Основной с 01 сентября по 01 марта
 Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
Завтрак							
262 (к) I	Каша манная молочная жидкая	150	2,9	4,4	17,4	177,50	1,1
	Сыр полутвердый	10	2,6	2,1	3,2	40,00	0,06
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	5	0,07	5,50	0,07	49,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6
Завтрак2							
10-00	Сок овощной (тыква-яблоко)до 3-х лет	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
622 (з)	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	40	0,1	3,8	0,4	27,10	1,6
133 (с)	Суп картофельный с мясом	170	3,2	5,04	13,8	75,35	8,1
249	Филе минтая, запеченное в омлете.	60	6,6	4,3	4,5	101,6	0,6
336	Капуста тушеная	110	1,0	2,6	3,2	49,90	5,6
376	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	180	0,5	0,1	19,9	84,20	5,5
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник							
	Вафли	30	2,1	4,2	46,2	165,80	1,3
401	Варенец с лактулозой	180	4,3	3,7	6,7	101,00	1,3
Ужин							
279	Суфле из отварного мяса с рисом с маслом	70	10,2	8,9	16,8	172,50	0,12
322	Пюре картофельно-морковное	110	1,2	4,05	10,1	76,6	6
394	Чай с молоком с сахаром	180	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
			46,2	54,9	234,3	1593,6	43,2