

Рацион: Ясли

День: вторник

Неделя: 2

Рацион: Сад

День: вторник

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У						Б	Ж	У	
Завтрак	Каша рисовая	150	4	5	24	156	283	Завтрак	Каша рисовая	180	5	6	29	187
	Какао с молоком.	150	2	2	10	71	508		Какао с молоком.	180	3	3	12	85
	Батон	30	2	1	15	78	104		Батон	40	3	1	21	104
	Масло сливочное (5		4		33	119		Масло сливочное (5		4		33
Итого за Завтрак			8	12	49	338		Итого за Завтрак			11	14	62	409
Завтрак вто	Яблоко	100			10	44	140	Завтрак вто	Яблоко	100			10	44
	Итого за Завтрак второй					10	44		Итого за Завтрак второй					10
Обед	Щи из свежей	150	1	3	4	50	156	Обед	Щи из свежей	180	1	3	5	60
	Сметана.	20				3	214		Сметана.	20				3
	Котлеты,биточки,шн	60	8	7	6	118	391		Котлеты,биточки,шн	80	10	9	8	157
	Греча отварная	100	2	3	12	86	184		Греча отварная	120	2	3	14	104
	Соус томатный с	40	1	2	3	30	466		Соус томатный с	50	1	2	4	37
	Компот из свежих	150			8	35	521		Компот из свежих	180			10	41
	Хлеб ржаной.	40	3	1	16	82	123		Хлеб ржаной.	50	4	1	20	103
	Итого за Обед			15	16	49	404		Итого за Обед			18	18	61
Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77	532	Полдник	Сок фруктовый.	180	1		18	77
	Печенье сахарное.	30	2	3	22	125	604		Печенье сахарное.	30	2	3	22	125
Итого за Полдник			3	3	40	202		Итого за Полдник			3	3	40	202
Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63	221	Ужин	Яйца вареные.	40	5	5		63
	Суп-пюре из разных	180	2	3	5	60	46		Суп-пюре из разных	200	2	4	6	66
	Чай с сахаром.	180			8	34	505		Чай с сахаром.	180			8	34
	Хлеб пшеничный	030	2		15	70	199		Хлеб пшеничный	40	3		20	94
Итого за Ужин			9	8	28	227		Итого за Ужин			10	9	34	257
Итого за день			35	39	176	1415		Итого за день			42	44	207	1817

№ рецензент
283
508
104
119
140
156
214
391
184
466
521
123
532
604
221
46
505
199