

XI день: Понедельник	Неделя: третья	3-7 лет	
-------------------------	----------------	---------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом слив.	150	2,4	2,9	19,5	114,8		№ 182 ПЛ 414 ДОКУМЕНТОВ
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91	-	
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0		
	Итого:	345	8,0	9,3	53,94	334,8		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	итого	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
Обед	Салат из белокочанной капусты с раст. маслом	30	0,4	1,5	2,6	26,3	10,4	21
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. капустой, картоф.	150	1,26	5,0	5,2	53,3	13,3	73
	Тефтели мясные	30/30	4,3	4,8	5,6	82,5	0,3	303
	Греча отварная	110	5,5	3,9	23,9	155,2	0	330
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8	0,3	394
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2		
	Итого:	530	12,74	15,56	68,3	454,3	24,3	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2	1,2	420
	Гренка из пшеничного хлеба	40	4,9	0,63	30,4	147,28	-	123
	Итого:	190	9,1	5,43	36,4	231,48	1,2	
Ужин	Салат из моркови и яблок	30	0,2	1,6	6,1	24,6	2,1	41
	Сырники запеченные с повидлом 100/30	130	18,81	12,67	30,9	309	0,40	245
	Чай с сахаром	150	0	0	10,0	40,0	0,02	411
	Итого:	310	19,01	14,27	47,0	373,6	2,52	
Итого за XI день:		1475	49,35	44,56	215,74	1436,58	30,02	