Среда (3день) - сад

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая цен-ность (ккал)	Вит. С	№ Технологич. Кар-ты
			б	ж	у			
Завтрак	1.Каша молочная геркулесовая	200	6,35	8,51	21,86	187	1,95	93
	2.Какао с молоком	180	1,2	1,3	13	90	1,17	248
	3.Хлеб пшеничный с повидлом	30/6	2,32	0,24	20,08	92	0,01	2
	Общее количество	**416**	**9,87**	**10,05**	**54,94**	**369**	**3,13**	
2-й завтрак	Молоко/сок	100	5,8	5	9,6	108	2,6	255
	Общее количество	**516**	**15,67**	**15,05**	**64,54**	**477**	**5,73**	
Обед	1. Свежий помидор	50	0,6	0,1	1,9	12	12,5	85
	2. Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	180	4,15	6,04	19,67	144	7,87	101
	3. Капуста тушеная с мясом	138	10	8,2	10,8	280	21	200
	4. Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,89	60	6,6	240
	5. Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	-	8
	Общее количество	**606**	**17,41**	**15,00**	**60,96**	**562,1**	**47,97**	
Полдник	1. Омлет натуральный	85	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	110
	2.Чай с сахаром	180	-	-	11,98	43	0,41	263
	3.Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141	-	7
	Общее количество	**370**	**16,61**	**13,13**	**48,70**	**373,25**	**66,9**	
Итого за день:		**1492**	**49,69**	**43,18**	**174,20**	**1412,35**	**120,60**	

Среда (3день) - ясли

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая цен-ность (ккал)	Вит.С	№ Технологич. Кар-ты
			б	ж	у			
Завтрак	1.Каша молочная геркулесовая	150	4,76	6,38	16,4	140,25	1,46	93
	2.Какао с молоком	150	1	1,08	10,83	75	0,83	248
	3.Хлеб пшеничный с повидлом	20/4	1,54	0,16	13,16	61	0,01	2
	Общее количество	**324**	**7,3**	**7,62**	**40,39**	**276,25**	**2,3**	
2-й завтрак	Молоко/сок	80	4,35	3,75	7,2	81	1,95	255
	Общее количество	**404**	**11,7**	**11,37**	**47,59**	**357,25**	**4,25**	
Обед	1. Свежий помидор	30	0,3	0,1	1,1	7,2	7,5	85
	2. Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	150	3,32	4,83	15,74	115,2	6,5	101
	3. Капуста тушеная с мясом	124	9	7,5	7,36	255	19	200
	4. Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	45	4,95	240
	5. Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	52,2	-	8
	Общее количество	**484**	**14,74**	**12,95**	**46,12**	**474,60**	**37,95**	
Полдник	1. Омлет натуральный	75	7,21	10,01	1,79	125	0,39	110
	2.Чай с сахаром	150	-	-	8,98	30	0,27	263
	3.Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,7	-	7
	Общее количество	**300**	**12,86**	**10,5**	**36,61**	**285,45**	**5,16**	
Итого за день:		**1188**	**39,30**	**34,82**	**130,32**	**1117,30**	**47,36**	