Четверг (4день) - сад

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая цен-ность (ккал)	Вит. С	№ технологич. кар-ты
			б	ж	у			
Завтрак	1. Каша молочная рисовая	200	5,5	8,6	32,4	229,4	1,5	31
	2.Кофейный напиток	180	2,9	2,4	14,3	71,1	1,2	66
	3. Хлеб пшеничный с маслом	30/5	1,4	14,6	8,7	172,4	-	5
	Общее количество	**415**	**9,8**	**25,6**	**55,4**	**472,9**	**2,7**	
2-й завтрак	Банан/сок	100	1,5	0,5	21	96	10	9
	Общее количество	**515**	**11,3**	**26,1**	**76,4**	**568,9**	**12,7**	
Обед	1. Свекольный салат	50	0,8	2,8	4,2	44,5	2,9	84
	2. Щи на курином бульоне	250	3,68	7,07	8,58	118	19,41	56
	3. Макароны отварные с маслом	130	4,9	0,6	25,2	125,6	0,01	14
	4.Рыба тушеная с овощами	75	10,76	6,55	47,93	112	0,57	137
	5. Компот из с/ф	200	0,48	-	23,8	90	0,4	241
	6. Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	-	8
	Общее количество	**743**	**23,12**	**17,52**	**122,41**	**556,2**	**23,29**	
Полдник	1. Выпечка	90	6,79	9,16	41,7	295,75	0,03	9
	2. Кефир	100	4,35	4,8	6	88,5	1,05	251
	Общее количество	**190**	**11,14**	**13,96**	**47,7**	**384,25**	**1,08**	
Итого за день:		**1448**	**45,56**	**57,58**	**246,51**	**1509,35**	**37,07**	

Четверг (4день) - ясли

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая цен-ность (ккал)	Вит. С	№ технологич. кар-ты
			б	ж	у			
Завтрак	1. Каша молочная рисовая	130	3,6	5,6	21,1	149,1	1	31
	2.Кофейный напиток	150	2,4	2	11,9	59,3	1	66
	3.Хлеб пшеничный с маслом	20/4	1	10	6	118,2	-	5
	Общее количество	**304**	**7**	**17,6**	**39**	**326,6**	**2**	
2-й завтрак	Банан/сок	100	1,5	0,5	21	96	10	9
	Общее количество	**404**	**8,5**	**18,1**	**60**	**422,6**	**12**	
Обед	1. Свекольный салат	30	0,5	1,7	2,5	26,7	1,7	84
	2. Щи на курином бульоне	200	2,95	4,8	6,87	94,49	15,54	56
	3. Макароны отварные с маслом	110	4,1	0,5	21,3	106,3	0,01	14
	4.Рыба тушеная с овощами	65	8,42	5,73	41,94	98	0,5	137
	5. Компот из с/ф	180	0,43	-	21,42	81	0,36	241
	6. Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	52,2	-	8
	Общее количество	**615**	**18,4**	**13,13**	**104,03**	**458,69**	**18,11**	
Полдник	1. Выпечка	60	4,53	6,11	27,8	197,16	0,02	9
	2. Кефир	80	4,06	4,48	5,6	82,6	1,19	251
	Общее количество	**140**	**8,59**	**10,59**	**33,4**	**279,76**	**1,21**	
Итого за день		**1159**	**35,49**	**41,82**	**197,43**	**1161,05**	**31,32**	