

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептур ы
				Б	Ж	У			
День 10				Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет	90	110	9,01	12,5 1	2,24	156,25	0,49	96
	Хлеб ржаной	20	20	3,04	0,55	15,3 6	80,04	0	77
	Чай с сахаром	150	180	0,10	0,00	13,5 0	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	29 5	30 5	2,30	4,36	14,6 2	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	100	0,57	0,11	18,3 4	77,00	28	82
Обед	Салат из отварной свеклы с черносливом	60,00	60,00	1,13	4,56	4,09	64,00	4,48	64
	Щи крестьянские на к/б со сметаной	180/12	200/10	6,45	5,16	21,9 2	148,87	6,05	10
	Плов с мясом кур	160	180	9,45	5,85	26,8 8	195,15	0	38
	Компот из кураги	150	180	0,15	0,01	24,4 3	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	30	40	3,04	0,55	15,3 6	80,04	0	77
Полдник	Какао с молоком сгущенным	150	180	3,3	3,4	22,1	132,1	0,4	93
	Пряники	40	41	0,64	0,56	16,0 2	70	0	80/1
Ужин	Молоко		150,00	0,10	0,00	15,2 0	61,00	2,8	92
	Хлеб пшеничный		20,00	2,64	0,92	18,0 0	92,21	0	76

Итого за 10 день				52,83	47,6 9	247	1604,1	56,39	
-----------------------------	--	--	--	-------	-----------	-----	--------	-------	--