

1 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Химический состав, г			Энергетическая ценность,	Витамины С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Суп молочный с макаронами	548	150	5,4	5,3	21,1	151,2	0
Хлеб пшеничный	5	20	1,6	0,2	8,4	40,6	0
Масло сливочное	7	5	0,1	3,6	0,1	33,1	0
Яйцо отварное	424	20	2,55	2,3	0,15	31,4	0
Кофейный напиток (с молоком 1/2)	1221	180	2,6	2,3	10,24	73,1	0
Выход 350		375					
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,4	0	11,3	46	13
Обед							
Суп картофельный	299	150	1,6	3,1	14,4	88	11,1
Плов из птицы	893-2	160	10,4	9	23,8	212,1	3,4
Огурец соленый	1	20	0,6	0	0,3	3,8	0
Хлеб ржаной	5	40	2,6	0,4	16,0	76,0	0
Компот из смеси сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43	0
Выход 450		520					
Уплотненный полдник							
Фрикадельки рыбные с томатным соусом	517	90	11,8	1,8	7	90,4	1,2
Соус томатный	1029	20	0,3	1	1,9	18,7	2,4
Пюре картофельное	429	100	2,3	2,9	17	99,6	12
Огурец соленый	1	20	0,6	0	0,3	3,8	0
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Чай	1203	150	0	0	7,1	26,49	0
Выход 400		405					
Ужин							
Молоко кипяченое	1226	180	4,2	4,8	6,2	89	1
Хлеб пшеничный	5	15	1,2	0,2	6,3	30,5	0
Повидло	8	5	0,02	0	3,3	12,3	0,02
Выход 200		200					
Итого			50,07	37,3	174,69	1211,49	42,82