

10 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецептур ы	Вы ход (г.)	Химический состав, г			Энергетиче ская ценность, ккал	Витамин (
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная Манная жидкая 1\2	548	150	4,7	5	24,5	156,3	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
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Выход 350		355					
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,4	0	11,3	46	13
Обед							
Рассольник Ленинградский	297	150	1,6	3	12	79,1	7,4
Котлеты рубленые из птицы	667	60	9,7	7,3	9,7	141,9	0
Свекла тушеная	442	120	2,5	3,8	14,6	100	13,5
Хлеб ржаной	5	40	2,6	0,4	16	76	0
Компот из смеси сухофруктов	113	180	0,4	0,1	10,7	43	0
Выход 450		520					
Уплотненный полдник							
Макароны, запеченный с яйцом	569	160	9,2	6,3	30,2	210,7	0
Икра кабачковая	36	70	1,12	4,41	5,18	63,56	0
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Кофейный напиток (с молоком 1/2)	1221	150	2,2	1,9	8,53	60,5	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			46,44	42,71	175,61	1248,65	69,72