

7 день (ясли)

Наименование блюд	№ рецеп туры	Вы ход (г.)	Химический состав, г			Энергетичес кая ценность,	Витами н С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная рисовая жидкая 1½	548	150	3,6	5,6	23,1	152,5	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	
Кофейный напиток (с молоком 1/2)	1221	180	2,3	2,1	13,8	81	0
Выход 350		355					
Второй завтрак							
Яблоки		100	0,4	0	11,3	46	13
Обед							
Борщ Украинский	278	150	1,5	2	10,9	65,8	14,4
Птица, тушеная в соусе с овощами	909	150	10,4	12,1	25,1	244,2	19,4
Огурец соленый	1	30	0,8	0	0,4	5,7	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							
Омлет натуральный	671	110	11,1	13,6	2,1	174,6	0
Икра кабачковая	36	90	1,44	5,67	6,66	81,72	0
Хлеб пшеничный	5	25	2	0,3	10,5	50,8	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,49	0
Выход 400		405					
Ужин							
Кефир	1227	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1,3
Печенье	1312	28	2,8	1,4	11,2	105,2	0
Выход 200		208					
Итого			46,44	51,57	163,46	1313,91	46,8