

День: понедельник  
 Неделя: вторая  
 Возрастная категория: 1-3 года

№ реп	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевая вещества(г)			Эн.цен	Витамины(мг)				Минеральные вещ-ва(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
141/П18	Суп молочный с крупой ( рисовой)	130	3,1	3,3	10,7	84,5	0,04	0,6	23,14	0,0	105	90	15,1	0,1
2/13 Ек/ч.2	Хлеб с маслом и яйцом	55	4,9	6,2	14,3	133,0	0,01	0,0	70,00	0,0	12	59	6,6	0,5
506/П13	Чай с молоком (1-й вариант)	180	1,4	1,2	14,3	72,9	0,04	1,2	0,01	0,0	114	84	13,5	0,4
<b>Итого в Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>9,4</b>	<b>10,6</b>	<b>39,3</b>	<b>290,4</b>	<b>0,09</b>	<b>1,8</b>	<b>93,15</b>	<b>0,0</b>	<b>231</b>	<b>233</b>	<b>35,2</b>	<b>1,0</b>
<b>II Завтрак</b>														
470/П18 Ск 1.2.2.13	Ряженка 2,5% жирности, с сахаром	115	3,2	2,8	7,6	71,4	0,02	0,3	22,00	0,0	136	101	15,4	0,1
<b>Итого во II Завтрак</b>			<b>3,2</b>	<b>2,8</b>	<b>7,6</b>	<b>71,4</b>	<b>0,02</b>	<b>0,3</b>	<b>22,00</b>	<b>0,0</b>	<b>136</b>	<b>101</b>	<b>15,4</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>														
53/П18	Икра свекольная	40	0,9	2,2	4,7	42,4	0,01	4,3	0,00	1,5	16	24	12,3	0,7
82/ДЛ16/48 8 П13	Рассольник "Ленинградский", со сметаной	180	1,7	5,0	11,6	98,3	0,07	5,2	0,01	0,0	27	55	18,5	0,7
339/П18	Котлеты из говядины	50	6,5	4,0	7,5	92,0	0,07	0,0	2,10	0,7	25	10	64,5	0,9
380/П18	Капуста тушеная	120	2,6	4,1	9,7	86,4	0,04	17,0	20,52	0,4	72	53	27,5	1,1
114/П13	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	0,02	0,0	0,00	0,2	4	13	2,8	0,2
115/П13	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	0,04	0,0	0,00	0,3	7	32	9,4	0,8
348/ДЛ17	Компот из плодов или ягод, сушеных (изюм)	180	0,3	0,1	26,9	110,0	0,02	0,0	0,00	0,0	18	17	7,3	0,4
<b>Итого в Обед</b>		<b>610</b>	<b>14,9</b>	<b>15,7</b>	<b>77,0</b>	<b>510,9</b>	<b>0,27</b>	<b>26,5</b>	<b>22,63</b>	<b>3,1</b>	<b>169</b>	<b>204</b>	<b>142,3</b>	<b>4,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>														
276/ ДЛ16/ 423/П18	Тефтели рыбные паровые (из трески), соус польский (1-й вариант)	60	4,3	6,2	3,5	87,0	0,03	0,6	42,08	0,1	16	60	9,6	0,4
378/П18	Пюре картофельное с морковью	120	2,3	4,9	10,1	93,6	0,10	3,2	24,60	0,4	36	73	37,0	0,9
114/П13	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5	0,01	0,0	0,00	0,1	2	7	1,4	0,1
115/П13	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	0,04	0,0	0,00	0,3	7	32	9,4	0,8
Ск6.1.3.2.13	Печенье затяжное	20	1,7	2,3	13,9	82,8	0,02	0,0	13,00	0,0	8	17	3,0	0,2
Ск 11.1.1.16	Сок яблочный	180	0,9	0,2	18,2	82,8	0,02	3,6	0,00	0,0	13	13	7,2	2,5
386/Д16	Плоды свежие (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	41,8	0,03	9,5	0,00	0,2	15	10	8,6	2,1
<b>Итого в Уплотненный подник</b>		<b>505</b>	<b>11,6</b>	<b>14,2</b>	<b>66,7</b>	<b>446,3</b>	<b>0,24</b>	<b>17,0</b>	<b>79,68</b>	<b>1,1</b>	<b>97</b>	<b>212</b>	<b>76,1</b>	<b>7,0</b>
<b>Итого за 6 день</b>			<b>39,1</b>	<b>43,3</b>	<b>190,5</b>	<b>1319,0</b>	<b>0,6</b>	<b>45,5</b>	<b>217,45</b>	<b>4,2</b>	<b>633</b>	<b>750</b>	<b>269,1</b>	<b>12,8</b>

Понедельник/ вторая неделя/1-3 года 6 день