



| Прием пищи | Наименование блюда                                     |   | Выход   | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность |
|------------|--------------------------------------------------------|---|---------|------------------|-------|--------|-------------------------|
|            |                                                        |   |         | Б                | Ж     | У      |                         |
| 2 день     |                                                        |   |         |                  |       |        |                         |
| Завтрак    | Каша жидкая молочная ячневая                           | С | 180/4,5 | 4,15             | 5,48  | 23,71  | 160,80                  |
|            | Хлеб пшеничный                                         | С | 20      | 1,52             | 0,16  | 9,84   | 47,00                   |
|            | Сыр Российский с м.д.ж. 50% (нормовый)                 | С | 15      | 2,40             | 4,55  | 0,00   | 55,00                   |
|            | Кофейный напиток с молоком пастеризованным 2,5% (1вар) | С | 200     | 3,12             | 2,66  | 14,17  | 93,30                   |
|            | Итого: сад                                             | С | 415     | 8,79             | 8,30  | 47,72  | 301,10                  |
| 2-завтрак: | Пюре свежее (Яблоко-1шт) или сок фруктовый             | С | 1/100   | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 44,00                   |
|            |                                                        | С | 200     | 1,00             | 0,00  | 20,20  | 85,30                   |
| Обед       | Овощи отварные с мясом говядины (морожен.)             | С | 50      | 0,72             | 1,91  | 1,97   | 24,31                   |
|            | Суп картофельный с макаронными изделиями               | С | 200     | 2,15             | 2,27  | 13,71  | 83,80                   |
|            | Голубцы капустные с соусом сметанным с томатом         | С | 150     | 10,61            | 6,81  | 15,04  | 164,00                  |
|            | Компот из смеси сухофруктов                            | С | 180     | 0,50             | 0,00  | 24,66  | 100,66                  |
|            | Хлеб пшеничный                                         | С | 40      | 3,04             | 0,32  | 19,68  | 94,00                   |
|            | Хлеб ржано-пшеничный                                   | С | 37      | 2,47             | 0,45  | 12,52  | 65,25                   |
|            | Итого: сад                                             | С | 657     | 19,49            | 11,76 | 87,58  | 532,02                  |
| Полдник    | Вареники капустные                                     | С | 140     | 20,40            | 3,73  | 30,93  | 238,66                  |
|            | Соус молочный сладкий                                  | С | 30      | 0,58             | 1,36  | 3,98   | 30,45                   |
|            | Кефир с м.д.ж. 2,5% или ряженка с м.д.ж. 1,5%          | С | 180     | 4,80             | 3,75  | 7,20   | 90,00                   |
|            | Итого: сад                                             | С | 330     | 25,78            | 8,84  | 42,11  | 359,11                  |
|            | Всего за день: сад                                     | С | 1402    | 54,06            | 28,90 | 177,41 | 1192,23                 |