

Сезон: осень-зима

Неделя: вторая, четвертая.

Возрастная категория: (1-3 г.)/(3-7 г.)

День недели: пятница.

№ рец.	Наименование блюда	Выход,гр.		Пищевые вещества.					
				Белки,гр.		Жиры,гр.		Углево	
		1-3 г.	3-7 г.	1-3 г.	3-7 г.	1-3 г.	3-7 г.	1-3 г.	
<b>ЗАВТРАК</b>									
68	Суп молочный с вермишелью	150	200	4,32	5,76	3,90	5,2	14,1	
1	Бутерброд с маслом	40	40	2,45	2,5	7,55	7,55	14,62	
393	Чай с лимоном	150	180	0,07	0,12	0,01	0,02	7,10	
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>6,84</b>	<b>8,38</b>	<b>11,46</b>	<b>12,77</b>	<b>35,82</b>	
<b>2-ой завтрак</b>									
248	Яблоки	70	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	
	<b>ИТОГО 2-ой ЗАВТРАК:</b>	<b>70</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	
<b>ОБЕД</b>									
30	Салат "Тазалык"	40	60	0,04	0,06	0,40	0,60	0,35	
67/75	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/25		7,03		2,11		11,93	
217	Пюре картофельное с морковью	100	120	1,91	2,30	3,08	3,7	12,10	
191	Голубцы "Уралочка"	70	80	10,61	14,12	6,81	9,04	15,09	
267	Напиток из плодов шиповника	150	180	0,51	0,61	0,21	0,25	14,23	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,17	3,96	0,53	0,66	21,072	
	<b>ИТОГО ОБЕД:</b>	<b>575</b>	<b>490</b>	<b>23,27</b>	<b>21,05</b>	<b>13,14</b>	<b>14,25</b>	<b>74,77</b>	

## ПОЛДНИК

142	Сырники из творога	65	130	9,30	18,69	6,33	12,67	5,38
394	Чай с молоком	150	180	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31
	<b>ИТОГО ПОЛДНИК:</b>	<b>215</b>	<b>310</b>	<b>11,95</b>	<b>21,36</b>	<b>8,66</b>	<b>15,01</b>	<b>16,69</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>42,46</b>	<b>51,19</b>	<b>33,66</b>	<b>42,43</b>	<b>137,08</b>
	<b>РЕКОМЕНДУЕТСЯ:</b>			<b>31,5</b>	<b>40,5</b>	<b>35,2</b>	<b>45</b>	<b>152</b>
	<b>Сумма:</b>	140,02						