

12 день (сад)							
Наименование блюда	№ рецепту	Выход (г)	Химический состав (г)			У	С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная геркулес 1/2	548	200	6,17	10,3	27,3	228	1
Хлеб пшеничный		40	3	0,36	19,6	94	0
Масло сливочное		5	0,03	4,1	0	37,5	0
Чай	1203	180	0	0	7,1	26,5	0
Обед							
Щи из квашеной капусты с карто	290	200	1,40	4,00	8	72,3	25,4
Сметана		7	0,21	0,21	1,75	17,5	0
Птица тушеная в соусе с овощам	909	250	16,80	15,3	38,7	352	30,5
Соус красный основной	1011	30	0,30	0,4	2,5	14,8	1,6
Хлеб ржаной		50	3,3	0,6	0,6	90,5	0
огурец соленый		30	0,8	0	0,4	5,7	0
Компот из сухофруктов	1113	180	0,4	0,1	12,4	49,4	0
Полдник							
Кефир	1227	180	5	5,7	7,4	106	1,2
Печенье	1312	14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
Ужин							
Пудинг из творога с рисом	236	200	30,8	7,8	33,3	321	0,8
Соус молочный сладкий	1041	30	0,91	2,12	1,53	32,4	0,3
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,27	14,7	67,8	0
Какао с молоком (1/2)	1221	180	2,8	2,5	10,5	74,7	0
Итого:		1806	75,6	54,5	191	1643	60,8

12 день (ясли)							
Наименование блюда	№ рецепту	Выход (г)	Химический состав (г)			У	С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
Каша молочная геркулес 1/2	548	150	4,75	7,50	20,9	174	0
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,27	14,7	67,8	0
Масло сливочное		5	0,03	4,1	0	37,5	0
Чай	1203	150	0	0	6,1	22,6	0
Обед							
Щи из квашеной капусты с карто	290	150	1,1	3	6	54,4	19,1
Сметана		5	0,15	0,15	1,25	12,5	0
Птица тушеная в соусе с овощам	909	230	15,5	14	35,5	324	28
Соус красный основной	1011	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1
огурец соленый		30	0,8	0	0,4	5,7	0
Хлеб ржаной		40	2,64	0,48	0,48	72,4	0
Компот из сухофруктов	1113	150	0,4	0,1	10,7	43	0
Полдник							
Кефир	1227	150	4,2	4,8	6,2	89	1
Печенье	1312	14	1,4	0,7	5,6	52,6	0
Ужин							
Пудинг из творога с рисом	236	180	27,7	6,9	30	289	0,7
Соус молочный сладкий	1041	30	0,91	2,12	1,53	32,4	0,3
Хлеб пшеничный		20	1,5	0,18	9,8	45,2	0
Какао с молоком (1/2)	1221	150	2,3	2,1	8,8	62,3	0
Итого:		1504	65,9	46,7	159	1393	50,1