Рацион: Колокольчик 1-3 **Неделя:** 1 **День:** пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1-3							
	Каша "Артек" молочная вязкая	150	6,09	6,18	31,3	209,5	195,08
	Какао с молоком	160	2,48	2,18	10,35	78	462,09
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	96	2,05
Итого за Завтрак 1-3		350	12,74	16,83	67,38	478,93	
2 Завтрак 1-3							
	Сок яблочный	100	0,5		9,1	38	7,1
Итого за 2 Завтрак 1-3		100	0,5		9,1	38	
Обед 1-3							
	Суп крестьянский с крупой	150	6,33	8,34	21,18	148,21	118,02
	Картофельное пюре	110	4,97	3,17	16,66	108,35	15,08
	Печень говяжья по-строгановски	50	13,65	6,58	5,32	135,1	356,06
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,08	15,08	63	495,1
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,78	1,07
Итого за Обед 1-3		490	27,4	18,39	70,24	485,44	
Полдник 1-3							
	Кефир	150	3,62	3,12	5	63,12	470,09
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	143	576
Итого за Полдник 1-3		200	7,37	4,57	30,7	206,12	
Ужин 1-3							
	Капуста тушенная	180	3,41	4,85	9,36	94,56	3,14
	Икра морковная	30	2,70	3,98	8,70	76,46	
	Чай с сахаром	160	0,18	0,09	8,37	34,2	457,02
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43	154,14
Итого за Ужин 1-3		400	7,68	6,14	43,33	224,19	
Итого за день		1 540	55,69	45,93	220,75	1 432,68	

Директор Х.С.Муниров Технолог А.Я.Мансурова