|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет**  | **Пищевые вещества(гр.)** | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **день 12** |   |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |   |   |
| **Завтрак** | **Каша боярская (пшенная с изюмом)** | 180 | 200 | 10,80 | 13,90 | 42,00 | 331,60 | 0 | 53 |
|  | **Чай с сахаром**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 15/ 5 | 30/ 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (яблоко)** | 100 | 60 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед**  | **Свежий помидор**  | 50 | 60 | 0,35 | 0,00 | 1,40 | 7,00 | 25 | 41 |
|  | **Суп здоровье на к/б** | 180,00 | 200,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|  | **Котлета куриная**  | 70,00 | 70,00 | 15,17 | 11,39 | 7,76 | 202,48 | 0,96 | 36/2 |
|  | **Картофельное пюре**  | 150 | 160 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 37 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Пудинг творожный с шоколадной подливой** | 130/30 | 110/30 | 21,24 | 14,49 | 24,25 | 308,57 | 0,576 | 71 |
|  | **Кофейный напиток** | 150 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** |  | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 12 день** |  |   |   | 52,6 | 57,79 | 281,26 | 1878,2 | 134,7 |   |