|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **день 20** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Вермишель молочная** | 170 | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Бутерброд с сыром** | 26/ 11 | 30/10 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (яблоко)** | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Суп фасолевый на к/б** | 180 | 200 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117,43 | 9,74 | 7 |
|  | **Ежики рисовые из мяса курицы** | 180 | 100 | 15,17 | 11,39 | 7,76 | 202,48 | 0,96 | 36/2 |
|  | **Свекла тушеная** | 80 | 100 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Оладьи с маслом и сахаром** | 50 | 60 | 21,38 | 14,52 | 26,58 | 322,08 | 0,057 | 68 |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Напиток из сока** |  | 100,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Печенье** |  | 25 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
| **Итого за 20 день** |  |  |  | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |  |