|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 35 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,0 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (банан)** | 140 | 137 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60 | 83 |
| **Обед** | **Салат из капусты** | 50 | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Лапша домашняя на курином бульоне** | 180 | 200 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 12 |
|  | **Суфле яичное с мясом кур** | 150 | 150 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из кураги** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 43 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Пудинг творожный с молочным соусом** | 110 30 | 120 50 | 7,60 | 5,84 | 38,76 | 247,41 | 0,41 | 74 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 200 | 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 |  |