|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет**  | **Пищевые вещества(гр.)** | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  **День 16** |   |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |   |   |
|  **Завтрак** | **Рожки с маслом и сахаром** | 120 | 130  | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Какао со сгущенкой**  | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 32 5 | 30 5  | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,0  | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 200 | 132 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
|  **Обед**  | **Салат из соленых огурцов** | 50 | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп харчо на к/б со сметаной** | 200/20  | 200/5 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 15 |
|  | **Картофельные зразы с мясом кур**  | 160  | 170 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180  | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40  | 40  | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Снежок**  | 200,00 | 200,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 33  | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  **Ужин** | **Каша ячневая молочная**  |  | 180 | 7,26 | 9,48 | 23,49 | 206,79 | 1,35 | 47 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 16 день** |  |   |   | 46,98 | 46,33 | 211,79 | 1461,9 | 70,72 |   |