|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 5** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная** | 180,00 | 200,00 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 0,88 | 49 |
|  | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 55 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты(яблоко)** |  | 77,00 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
|  | **Фрукты(груша)** | 71,00 |  | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
| **Обед** | **Суп рыбный** | 180,00 | 200,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|  | **Бефстроганов из мяса кур** | 85 | 80 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | 0 | 38 |
|  | **Гречка отварная** | 100 | 120 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |  | 24 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 25 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Крем-брюле** | 200 | 200 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Печенье** | 30 | 30 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| **Ужин** | **Сок** |  | 90,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |  |