|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет**  | **Пищевые вещества(гр.)** | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  **День 14** |   |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |   |   |
|  **Завтрак** | **Каша манная молочная** | 150 | 180 | 10,80 | 13,90 | 42,00 | 331,60 | 0 | 53 |
|  | **Кофейный напиток**  | 150,00 | 180,00 | 3,20 | 3,00 | 22,50 | 129,60 | 1,2 | 90 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из изюма** | 50 | 50 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед**  |  **Соленый огурец** | 25 | 20 | 0,35 | 0,00 | 1,40 | 7,00 | 25 | 67 |
|  | **Щи из морской капусты со сметаной**  | 200 6 | 250 7 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 14 |
|  | **Гуляш из куриного мяса** | 80 | 90 | 15,56 | 18,72 | 4,77 | 258,24 | 0,8 | 42 |
|  | **Каша гречневая рассыпчатая** | 100 | 100 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 35 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Суфле рыбное** | 100,00 | 110,00 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Чай**  | 150 | 180 | 6,45 | 4,53 | 19,64 | 146,16 | 0,11 | 79 |
|  | **Хлеб ржаной** | 15 | 20 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
|  **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |   | 180 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |  | 25,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 14 день** |  |   |   | 53,35 | 50,05 | 248,73 | 1656,17 | 76,982 |   |