|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | **Каша ячневая молочная** | 150 | 180 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Кофейный напиток на молоке** | 150  | 180 | 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** | **Сок фруктовый** | 90 | 100 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из свеклы** | 40,00 | 40,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп фасолевый с мясом кур** | 200 | 250 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Ежики из м/к в соусе**  | 120/15 | 140/20 | 15,17 | 11,39 | 7,76 | 202,48 | 0,96 | 31 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 41 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай** | 150,00 | 180,00 | 5,00 | 4,50 | 27,50 | 139,10 | 2,6 | 94 |
|  | **Сосиска в тесте** | 70 | 80 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  **Ужин** | **Печенье** |  | 50,00 | 6,18 | 10,15 | 35,55 | 275,01 | 0,8 | 72 |
|  | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
| **Итого за 20 день** |  |   |   | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |   |