|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 3** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша "Дружба"** | 150,00 | 180,00 | 6,55 | 8,33 | 35,09 | 241,11 | 1,28 | 48 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты(апельсин)** | 90 | 90 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 5 | 83 |
| **Обед** | **Свежий помидор** | 30,00 | 30,00 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 57 |
|  | **Суп вермишелевый с картофелем на к/б** | 200,00 | 250,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|  | **Капуста тушеная** | 160,00 | 160,00 | 4,40 | 4,23 | 31,31 | 183,00 | 34,64 | 22 |
|  | **Биточки из мяса курицы** | 70,00 | 70,00 | 15,17 | 11,39 | 7,76 | 202,48 | 0,96 | 36/2 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 42 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Бутерброд с повидлом** | 30 25 | 30 25 | 2,32 | 0,24 | 20,08 | 92,00 | 0,01 | 78 |
|  | **Чай сладкий** | 150 | 180 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106 | 2,6 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Печенье** |  | 40 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
| **Итого за 3 день** |  |  |  | 70,54 | 56,67 | 290,03 | 1971,84 | 88,88 |  |

.