|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 4** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Омлет** | 90,00 | 100,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Какао с молоком** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из с/ф** | 50 | 50 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед** | **Салат из свеклы** | 50,00 | 50,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп здоровье на курином бульоне** | 200,00 | 250,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  | **Гороховое пюре с котлетой м/к** | 110 70 | 110 70 | 26,60 | 19,20 | 25,77 | 371,75 | 8,72 | 31 |
|  | **Компот из чернослива** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Рыба тушенная с овощами** | 120,00 | 120,00 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Чай с сахаром** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб ржаной** | 20 | 20 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Ужин** | **Сок** |  | 100,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Вафли** |  | 40 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
| **Итого за 4 день** |  |  |  | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |  |

.