|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **день 7** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша геркулесовая молочная** | 150 | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 25/ 5 | 30/ 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты свежие апельсин** | 100,00 | 105,00 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
| **Обед** | **Рассольник ленинградский со сметаной** | 180 2 | 200 5 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 | 6,04 | 8 |
|  | **Манные зразы с мясом кур и соусом** | 130/30 | 150/30 | 3,70 | 6,50 | 30,20 | 194,20 | 0 | 73 |
|  | **Компот из с/ф** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 32 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисель** | 150 | 200 | 3,20 | 3,00 | 22,50 | 129,60 | 1,2 | 90 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 24 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Напиток из сока** |  | 125,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 7 день** |  |  |  | 72,17 | 68,54 | 262,1 | 1943,7 | 33,742 |  |