|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 молочная пшенная** | 180 | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Чай с лимоном** | 150,00 | 180,00 | 2,60 | 1,80 | 18,80 | 101,70 | 0,4 | 87 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 35 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (яблоко)** | 60 | 60 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Ежики в томатном соусе** | 80 | 90 | 15,17 | 11,39 | 7,76 | 202,48 | 0,96 | 31 |
|  | **Свекла тушеная** | 120 | 120 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 73,33 | 6,4 | 23 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Хлеб ржаной** | 41 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** | 180,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Печенье** | 44 | 35 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 110 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 20 день** |  |  |  | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |  |