|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 с молоком** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  |  **Бутерброд с маслом** | 25 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты(банан)** | 80 | 85 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 5 | 83 |
| **Обед** | **Салат из свежей моркови** | 30,00 | 30,00 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 57 |
|  | **Свекольник на курином бульоне** | 200,00 | 250,00 | 5,94 | 4,86 | 23,91 | 163,64 | 16,73 | 2 |
|  | **Котлеты из мяса кур**  | 60,00 | 70,00 | 16,73 | 15,78 | 4,25 | 225,82 | 0,48 | 30 |
|  | **Рожки отварные** |  90,00 | 100,00 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из лимонов** | 150  | 180 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 42 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Сырники из творога со сгущенным молоком** | 90 15 | 100 20 | 21,38 | 14,52 | 26,58 | 322,08 | 0,057 | 68 |
|  | **Чай с сахаром**  | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 3 день** |  |   |   | 70,54 | 56,67 | 290,03 | 1971,84 | 88,88 |   |