|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 натуральный с маслом** | 90,00 | 100,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Хлеб ржаной** | 20 | 20 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
|  | **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** | **Напиток лимонный**  | 50,00 | 50,00 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
| **Обед** | **Салат из зеленного горошка**  | 25,00 | 30,00 | 1,57 | 5,08 | 3,90 | 67,00 | 3,2 | 60 |
|  | **Суп здоровье на курином бульоне**  | 200,00 | 250,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  | **Тефтели рыбные в томатном соусе**  | 60,00 | 70,00 | 16,73 | 15,78 | 4,25 | 225,82 | 0,48 | 30 |
|  | **Картофельное пюре**  | 120 | 140 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Компот из с/ф** | 150  | 180 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай с сахаром**  | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Молоко** |  | 170,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Вафли**  |  | 50 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| **Итого за 4 день** |  |   |   | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |   |