|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | Ж | У |
| День 1 | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная (пшеничная) | 150 | 5,07 | 7,80 | 19,39 | 168,70 | 0,67 | 43 | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 35 | 2,06 | 6,55 | 12,8 | 119,11 | 0,00 | 1 | |
| Какао с молоком | 150 | 0,9 | 0,97 | 9,75 | 67,5 | 0,88 | 248 | |
| **Итого за прием пищи:** | **335** | **8,03** | **15,32** | **41,94** | **355,31** | **1,55** | - | |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 2,0 | 532 | |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | 0,00 | 81 | |
| **Итого за прием пищи:** | **115** | **0,78** | **0,41** | **12,89** | **61,54** | **2** | - | |
| Обед для детей 2-3 лет | Суп лапша -домашняя | 150 | 1,59 | 3,64 | 8,54 | 73,62 | 0,36 | 86/118 |
| Картофельное Азу | 150 | 19,4 | 11,9 | 30,6 | 192,4 | 10,6 | 637 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,36 | 0,01 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 71,6 | 0 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **520** | **23,99** | **16,03** | **70,35** | **405,12** | **11,26** | - |
| Полдник для детей 2-3 лет | Омлет | 90 | 5,49 | 5,62 | 6,25 | 112,5 | 0,11 | 56 |
| Икра кабачковая | 30 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,4 | 4,02 | 19 |
| Чай с сахаром | 150 | 0 | 0,00 | 8,98 | 32,35 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,8 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **290** | **7,95** | **11,2** | **26,53** | **252,05** | **4,13** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **40,75** | **42,96** | **151,71** | **1074,02** | **18,94** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры | | |
| Б | Ж | У |
| День 1 | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (пшеничная) | 180 | 6,08 | 9,36 | 23,27 | 202,44 | 0,81 | 43 | | |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,06 | 6,55 | 12,8 | 119,11 | 0,00 | 1 | | |
| Какао с молоком | 180 | 1,08 | 1,17 | 11,7 | 81 | 1,05 | 248 | | |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **9,22** | **17,08** | **47,77** | **402,55** | **1,86** | - | | |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 2,0 | 532 | |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | 0,00 | 81 | |
| **Итого за прием пищи:** | **115** | **0,78** | **0,48** | **12,89** | **61,54** | **2** | - | |
| Обед для детей  3-7 лет | Суп лапша - домашняя | 180 | 1,59 | 3,64 | 8,54 | 73,62 | 0,36 | 86/118 |
| Картофельное «Азу» | 180 | 19,4 | 11,9 | 30,6 | 192,4 | 10,6 | 637 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **590** | **24,06** | **16,14** | **73,69** | **423,02** | **11,26** | - |
| Полдник для детей 3-7 лет | Омлет | 100 | 6,11 | 6,28 | 7,25 | 125,00 | 0,13 | 56 |
| Икра кабачковая | 40 | 1,52 | 7,12 | 6,16 | 95,2 | 5,36 | 19 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,7 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **9,61** | **13,76** | **34,21** | **317,1** | **5,49** | **-** | |
| **Итого за день:** |  | **43,67** | **47,46** | **168,56** | **1204,21** | **20,61** | **-** | |