|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 10 |
|  | Суп молочный с вермишелью | 150 | 4,93 | 6,75 | 19,59 | 140,28 | 0,67 | 10 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 35 | 2,06 | 6,55 | 12,8 | 119,11 | 0,00 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 0,9  | 0,97 | 9,75 | 67,5 | 0,88 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **335** | **7,89** | **14,27** | **42,14** | **326,89** | **1,55** | **-** |
| Второй завтрак  | 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 2-3 лет | Винегрет | 110 | 1,30 | 7,5 | 6,30 | 101,5 | 4,6 | 53 |
| Суп «Харчо» | 150 | 3,72 | 4,63 | 15,97 | 114,63 | 6,75 | 101 |
| Рулет мясной | 60 | 13,31 | 7,88 | 5,28 | 158,74 | 0,00 | 391 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 | 0,01 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 71,6 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **510** | **21,33** | **20,5** | **58,76** | **513,97** | **11,65** | **-** |
| Картофель тушеный | 130 | 4,33 | 3,06 | 8,46 | 131,8 | 4,69 | 153 |
| Огурец порционный  | 20 | 0,15 | 0,89 | 0,44 | 11,22 | - | 19 |
| Чай с сахаром  | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| Хлеб | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,8 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **320** | **5,8** | **4,19** | **24,56** | **211,07** | **4,69** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **35,8** | **39,44** | **138,35** | **1113,7** | **19,89** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 10 |
|  | Суп молочный с вермишелью | 180 | 5,90  | 8,1  | 23,50  | 168,33  | 0,81 | 10 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,7 | 136,1 | 0,00 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,08  | 1,17  | 11,7  | 81  | 1,05  | 248 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **9,34** | **16,76** | **49,9** | **385,43** | **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 детей3-7 лет | Винегрет | 130 | 6,63 | 9,49 | 24,31 | 181,35 | 19,4 | 82 |
| Суп «Харчо» | 180 | 4,47 | 5,57 | 19,17 | 137,55 | 8,1 | 101 |
| Рулет мясной | 80 | 15,22 | 9,01 | 5,95 | 181,42 | 0,0 | 391 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **620** | **29,39** | **24,67** | **87,55** | **670,82** | **27,86** | **-** |
| Картофель тушеный | 180 | 5 | 3,53 | 9,76 | 151,5 | 5,41 | 153 |
| Огурец порционный  | 30 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 | 0,00 | 70 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **440** | **3,12** | **4,19** | **36,94** | **281,65** | **5,41** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **42,63** | **46,1** | **187,28** | **1399,44** | **37,13** | **-** |