|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 9 |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная (рисовая) | 150 | 5,24 | 7,80 | 18,76 | 166,79 | 0,68 | 33 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,70 | 136,13 | 0,00 | 1 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **340** | **7,6** | **15,29** | **42,44** | **335,17** | **0,68** | **-** |
| 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 | Борщ Дальневосточный | 150 | 0,76 | 12,49 | 3,7 | 129,18 | 5,51 | 42 |
| Капуста тушеная | 130 | 4,3 | 3,53 | 4,68 | 121.33 | 15,1 | - |
| Котлета мясная | 50 | 7,02 | 5,72 | 5,11 | 99,3 | 0,36 | 42 |
| 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:** | **520** | **15,08** | **22,23** | **44,7** | **488,91** | **21,27** | **-** |
| 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:** |  | **31,41** | **49,2** | **126,56** | **1137,67** | **28,08** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 9 |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (рисовая) | 180 | 6,27 | 9,36 | 22,5 | 200,1 | 0,83 | 33 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,38 | 6,55 | 11,82 | 128,48 | 0,17 | 3 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **10,65** | **15,91** | **45,1** | **367,28** | **1,0** | **-** |
| 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 | Борщ «Дальневосточный» | 180 | 1,14 | 18,74 | 5,55 | 193,77 | 8,26 | 42 |
| Капуста тушеная  | 150 | 4,96 | 4,07 | 5,4 | 139,99 | 17,42 | 200 |
| Котлета мясная | 70 | 9,83 | 8,01 | 7,16 | 139,12 | 0,50 | 42 |
| 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:** | **630** | **19,0** | **31,42** | **56,23** | **643,38** | **26,54** | **-** |
| 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:** |  | **40,04** | **61,57** | **148,43** | **1389,3** | **35,03** | **-** |