|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная (пшенная) | 150 | 5,07 | 7,8 | 19,4 | 168,67 | 0,67 | 31 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,70 | 136,13 | 0,00 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 0,9 | 0,97 | 9,75 | 67,5 | 0,88 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **340** | **8,33** | **16,26** | **43,85** | **372,3** | **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** | **0,48** | **12,89** | **61,54** | **2** | - |
| Обед для детей  2-3 лет | Салат огуречный | 40 | 0,09 | 1,18 | 0,26 | 11,84 | 5,0 | 49 |
| Суп гречневый | 150 | 3,11 | 4,52 | 14,75 | 108 | 5,85 | 101 |
| Рожки отварные | 110 | 4,89 | 6,38 | 28,8 | 186,08 | 5,45 | 195 |
| Печень в соусе | 50 | 8,99 | 4,21 | 4,99 | 95,08 | 5,39 | 261 |
| 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:** | **540** | **20,08** | **16,78** | **80,01** | **540,1** | **21,99** | - |
| Овощное рагу | 150 | 5 | 3,53 | 9,76 | 151,5 | 5,41 | 77 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| Хлеб | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,7 | 2 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **330** | **6,98** | **3,89** | **28,76** | **237,45** | **7,41** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **36,17** | **37,41** | **165,51** | **1211,39** | **32,95** | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (пшенная) | 180 | 6,08 | 9,03 | 23,22 | 202,41 | 0,81 | 31 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,38 | 6,55 | 11,82 | 128,48 | 0,17 | 3 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,08 | 1,17 | 11,7 | 81 | 1,05 | 248 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **11,54** | **16,75** | **46,74** | **411,89** | **2,03** | **-** |
| 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 | Салат огуречный | 60 | 1,7 | 9,76 | 8,2 | 13,2 | 6 | 49 |
| Суп гречневый | 180 | 3,73 | 5,43 | 18,70 | 129,6 | 7,02 | 101 |
| Рожки отварные | 130 | 5,34 | 6,96 | 31,45 | 203 | 5,95 | 195 |
| Печень в соусе | 70 | 8,99 | 4,21 | 4,99 | 95,08 | 5,39 | 261 |
| 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:** | **670** | **22,83** | **26,96** | **101,46** | **611,38** | **24,72** | - |
| Полдник для детей 3-7 лет | Овощное рагу | 180 | 6 | 4,24 | 11,72 | 181,8 | 6,5 | 77 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 20 | 1,05 | 0,24 | 6,68 | 35,8 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **380** | **7,05** | **4,48** | **29,18** | **256,3** | **6,5** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **42,2** | **48,67** | **190,27** | **1341,11** | **35,25** | - |