|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 8 |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная (гречневая) | 150 | 5,23 | 7,8 | 18,75 | 166,8 | 0,67 | 42 |
| Бутерброд с повидлом | 40 |  2,46 | 0,25  | 21,05  | 97,6  | 0,01  | 1  |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **340** | **7,69** | **8,05** | **48,78** | **296,65** | **0,68** | **-** |
| Второй завтрак для детей 2-3  | Кисломолочный продукт (снежок) | 150 | 4,05  | 3,75 | 16,2 | 118,5 | 1,35  | 401 |
| **Итого за прием пищи:** | **150** | **4,05**  | **3,75** | **16,2** | **118,5** | **1,35**  | **-** |
| Салат из огурцов и помидор | 20 | 0,15 | 0,89 | 0,44 | 11,22 | 0,00 | 19 |
| Суп лапша -домашняя | 150 | 1,37 | 3,04 | 7,15 | 61,35 | 0,3 | 86/118 |
| Картофельное пюре | 110 | 2,62 | 3,61 | 21,28 | 117,31 | 2,57 | 61 |
| Рыба под маринадом | 50 | 3,3 | 3,9 | 2,45 | 61,82 | 0,29 | 146 |
| 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 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **520** | **10,44** | **11,93** | **62,53** | **390,8** | **3,46** | **-** |
| Полдник для детей 2-3 лет | Сырники | 120 | 28,28 | 21,76 | 51,56 | 508,48 | 1,44 | 327 |
| Сгущенное молоко | 30 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,4 | 0,3 | 490 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **30,44** | **24,31** | **77,19** | **639,13** | **1,74** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **52,62** | **48,04** | **204,7** | **1445,08** | **7,23** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 8 |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (гречневая) | 180 | 6,27  | 9,36  | 22,5 | 200,6 | 0,81 | 42 |
| Бутерброд с повидлом | 60 | 3,69 | 0,39 | 31,59 | 146,4 | 0,02 | 1 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **420** | **9,96** | **9,75** | **64,87** | **390,2** | **0,83** | **-** |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Кисло-молочный продукт (снежок) | 200 | 5,4  | 5 | 21,6 | 158 | 1,8 | 401 |
| **Итого за прием пищи:** | **200** | **5,4**  | **5** | **21,6** | **158** | **1,8** | 401 |
| Обед для детей 3-7 лет | Салат из огурцов и помидор | 30 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 | 0,00 | 70 |
| Суп лапша - домашняя | 180 | 1,59 | 3,64 | 8,54 | 73,62 | 0,36 | 86/118 |
| Картофельное пюре | 130 | 3,40 | 4,69 | 27,65 | 152,5 | 3,33 | 63 |
| Рыба под маринадом | 70 | 4,62 | 5,46 | 3,44 | 86,56 | 0,41 | 146 |
| 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:** | **640** | **13,16** | **14,45** | **79,25** | **491,58** | **4,46** | **-** |
| Полдник для детей 3-7 лет  | Сырники | 150 | 35,32 | 27,18 | 103,14 | 635,62 | 1,83 | 327 |
| Сгущенное молоко | 30 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | 98,4 | 0,03 | 490 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **360** | **37,48** | **29,73** | **130,57** | **777,22** | **1,86** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **66,00** | **58,93** | **299,29** | **1817,00** | **8,95** | **-** |