|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 6 | | | | | | | | | |
| 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 | 35 | 2,06 | 6,55 | 12,8 | 119,11 | | 0,00 | 1 |
| Яйцо отварное | 20 | 2,10 | 1,90 | 0,10 | 24,80 | | 0,00 | 209 |
| Кофейный напиток | 150 | 0,9 | 0,97 | 9,75 | 67,5 | | 0,88 | 248 |
| **Итого за прием пищи:** | **355** | **10,3** | **17,22** | **41,41** | **378,2** | | **1,56** | - |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | | 10,0 | 368 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44** | | **10,0** | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 лет | Суп гороховый | 150 | 1,66 | 1,67 | 9,66 | 139,35 | | 3,22 | 88 |
| 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** | **15,98** | **11,41** | **50,66** | **499,08** | | **18,98** | **-** |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 9,29 | 10,01 | 22,71 | 218 | | 0,14 | 204/206 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | | 0,00 | 263/264 |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | | 0,00 | 81 |
| **Итого за прием пищи:** | **315** | **9,57** | **10,39** | **34,48** | **265,79** | | **0,14** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **36,25** | **39,42** | **136,35** | **1187,07** | | **30,68** | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 6 | | | | | | | | | |
| 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 | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,7 | 136,1 | | 0,00 | 1 |
| Яйцо отварное | 20 | 2,10 | 1,90 | 0,10 | 24,80 | | 0,00 | 209 |
| Кофейный напиток | 180 | 1,17 | 1,17 | 12,6 | 81,81 | | 0,72 | 253 |
| **Итого за прием пищи:** | **420** | **11,9** | **19,92** | **49,9** | **442,81** | | **1,55** | **-** |
| Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | | 10,00 | 368 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44** | | **10,00** | - |
| Обед для детей  3-7 лет | Суп гороховый | 180 | 1,98 | 2,01 | 14,49 | 167,22 | | 3,87 | 88 |
| 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 | 81,00 | | 0,36 | 241 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **630** | **19,84** | **14,69** | **65,17** | **616,83** | | **22,15** | **-** |
| Полдник для детей 3-7 лет | Макароны отварные с сыром | 180 | 12,3 | 12,01 | 27,25 | 261,6 | | 0,16 | 204/206 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | | 0,00 | 263/364 |
| Печенье | 15 | 0,28 | 0,38 | 2,79 | 15,54 | | 0,00 | 81 |
| **Итого за прием пищи:** | **375** | **12,58** | **12,29** | **40,82** | **315,84** | | **0,16** | - |
| **Итого за день:** |  | **44,72** | **47,3** | **165,69** | **1419,48** | | **33,86** | - |