|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| День 3 | | | | | | | | |
|  | Каша молочная (ячневая) | 150 | 5,24 | 7,80 | 18,76 | 166,79 | 0,68 | 33 |
| 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** | **7,7** | **8,05** | **48,79** | **296,64** | **0,69** | **-** |
| Второй завтрак для детей 2-3 лет | Кисломолочный продукт (снежок) | 150 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 | 1,8 | 401 |
| **Итого за прием пищи:** | **150** | **5,4** | **5** | **21,6** | **158** | **1,8** | 401 |
| Обед для детей  2 -3 лет | Свекольная икра | 40 | 0,36 | 1,88 | 2,36 | 27,84 | 2,20 | 151 |
| Суп с клецками | 150 | 4,86 | 9,67 | 7,74 | 101,32 | 6,12 | 151 |
| Овощное рагу | 150 | 5 | 3,53 | 9,76 | 151,5 | 5,41 | 77 |
| 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:** | **530** | **13,22** | **15,57** | **51,07** | **419,76** | **14,03** | - |
| Полдник для детей 2-3 лет | Запеканка творожная | 150 | 17,53 | 12,04 | 17,14 | 512,95 | 0,24 | 237 |
| Сладкий подлив | 30 | 0,01 | 0,00 | 3,33 | 13,4 | 0,01 | 383 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 32,25 | 0,00 | 263/264 |
| **Итого за прием пищи:** | **320** | **18,97** | **13,74** | **37,22** | **610,8** | **0,44** | - |
| **Итого за день:** |  | **45,29** | **42,36** | **158,22** | **1485,2** | **16,96** | - |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | Ж | У |
| День 3 | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (ячневая) | 180 | 6,28 | 7,23 | 23,31 | 192,6 | 0,6 | 311 | |
| Бутерброд с повидлом | 40 | 2,46 | 0,25 | 21,05 | 97,6 | 0,01 | 1 | |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,00 | 263/364 | |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **8,74** | **7,48** | **55,14** | **328,9** | **0,61** | - | |
| 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 | Свекольная икра | 60 | 0,54 | 2,82 | 3,55 | 41,76 | 3,31 | 151 | |
| Суп с клецками | 180 | 5,82 | 11,52 | 9,28 | 12,58 | 7,34 | 151 | |
| Овощное рагу | 180 | 6 | 4,24 | 11,72 | 181,8 | 6,5 | 77 | |
| 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:** | **650** | **15,43** | **19,18** | **62,67** | **406,64** | **17,51** |  | |
| Полдник для детей 3-7 лет | Запеканка творожная | 150 | 17,53 | 12,04 | 17,14 | 512,95 | 0,24 | 237 | |
| Сладкий подлив | 35 | 0,01 | 0,00 | 4,44 | 17,8 | 0,01 | 383 | |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/264 | |
| **Итого за прием пищи:** | **365** | **17,54** | **12,04** | **32,36** | **573,95** | **0,25** | - | |
| **Итого за день:** |  | **47,11** | **43,7** | **171,77** | **1467,49** | **20,17** | - |