|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 свежих огурцов и помидор | 40 | 0,43 | 2,46 | 1,38 | | 29,43 | 9,96 | 15 |
| 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:** | **540** | **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 |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,64 | 3,69 | 2,07 | | 44,23 | 7,18 | 14,94 |
| 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:** | **670** | **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** | **-** |