|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 6** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром** | 130 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |  | 24 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты(яблоко)** | 80 | 83 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
| **Обед** | **Салат из морской капусты с вар. яйцом** | 60,00 | 60,00 | 0,57 | 5,04 | 5,19 | 68,40 | 1 | 61 |
|  | **Суп с клёцками с мясом кур** | 180,00 | 200,00 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Голубцы ленивые с мясом кур** | 150,00 | 170,00 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из лимонов** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Ряженка** | 150 | 200 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30,00 | 30,00 | 2,64 | 2,90 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша ячневая молочная** |  | 200,00 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 30,00 | 2,64 | 2,90 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 6 день** |  |  |  | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |  |