|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет**  | **Пищевые вещества(гр.)** | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  **День 16** |   |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |   |   |
|  **Завтрак** | **Рожки с маслом и сахаром** | 90 | 180 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Чай**  | 150 | 180 | 6,45 | 4,53 | 19,64 | 146,16 | 0,11 | 79 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 90 | 90 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат "осенний"** | 40 | 50 | 1,57 | 5,08 | 3,90 | 67,00 | 3,2 | 60 |
|  | **Борщ на к/б со сметаной** | 200/6 | 250/7 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Кулебяка с отварным мясом кур**  | 90 | 100 | 14,39 | 14,07 | 11,02 | 226,96 | 8,72 | 44 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 20 | 26 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт (ацидолакт)** | 150,00 | 170,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 25 | 31 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
|  **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |   | 180 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Печенье** |  | 45,00 | 6,18 | 10,15 | 35,55 | 275,01 | 0,8 | 72 |
| **Итого за 16 день** |  |   |   | 46,98 | 46,33 | 211,79 | 1461,9 | 70,72 |   |