|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда 1-3лет** | **Выход блюда 3-7лет** | **Пищевые вещества(гр.)** | | | **Энергетическая ценность (ккал.)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 5** |  |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная** | 150,00 | 180,00 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 0,88 | 49 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 32 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из изюма** | 50 | 50 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед** | **Салат из моркови** | 40,00 | 40,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Свекольник на к/б** | 200 | 250 | 6,45 | 5,16 | 21,92 | 148,87 | 6,05 | 10 |
|  | **Гуляш из куриного мяса** | 90 | 90 | 15,56 | 18,72 | 4,77 | 258,24 | 0,8 | 42 |
|  | **Рожки отварные с маслом** | 100 | 100 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 42 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Вафли** | 30 | 30 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
|  | **Молоко кипяченное** | 180,00 | 180,00 | 4,58 | 3,98 | 7,58 | 84,67 | 2,25 | 95 |
| **Ужин** | **Сок** |  | 100,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | 57,33 | 45,65 | 258,05 | 1729,38 | 91,51 |  |

.