|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 130 | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Какао со сгущенкой**  | 150 | 200 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30/ 5 | 30/ 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 130 | 108 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
|  | **Салат "осенний"** | 60 | 70 | 1,57 | 5,08 | 3,90 | 67,00 | 3,2 | 60 |
| **Обед** | **Борщ на к/б**  | 180 | 200 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Кулебяка с отварным мясом кур**  | 130 | 130 | 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** | 48 | 37 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт(ряженка)** | 186,00 | 186,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 26 | 30 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Ужин** | **Каша ячневая молочная** |   | 200 | 24,08 | 13,99 | 26,21 | 326,72 | 29,7 | 37 |
|  | **Хлеб пшеничный** |   | 20 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Итого за 16 день** |  |   |   | 46,98 | 46,33 | 211,79 | 1461,9 | 70,72 |   |