|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 гречневая с маслом и сахаром** | 140 | 160 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |   | 24 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 |   | 13,50 | 54,00 |   | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 25/ 5 | 30/ 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок** | 200,00 | 108,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Салат из свеклы с изюмом** |  | 60,00 | 0,57 | 5,04 | 5,19 | 68,40 | 1 | 61 |
| **Обед** | **Суп с клёцками с мясом кур** | 180,00 | 200,00 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Отварной картофель** | 60,00 | 60,00 | 3,42 | 7,38 | 22,86 | 171,00 | 25,02 | 26 |
|  | **Голубцы ленивые с мясом кур в смет. соусе** | 160,00 | 180,00 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из лимонов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 22 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт (снежок)** | 195,00 | 180,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30  | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша пшенная молочная**  |   | 200,00 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 5 день** |  |   |   | 57,33 | 45,65 | 258,05 | 1728,36 | 91,51 |   |