|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 на молоке** | 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** | **Яблоко** | 80,00 | 83,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из свеклы с изюмом** | 40,00 | 42,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Рассольник ленинградский со сметаной** | 200 5 | 250 7 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 | 6,04 | 8 |
|  | **Плов с мясом кур** | 125 | 140 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | 0 | 38 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 45 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай с сахаром** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 100 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | 57,33 | 45,65 | 258,05 | 1728,39 | 91,51 |  |