|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | **Каша манная молочная** | 150 | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20 | 30,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **2-ой завтрак** | **Напиток из лимонов** | 100 | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 38 | 83 |
| **Обед** | **Суп харчо на к/б** | 180 | 200 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 15 |
|  | **Биточки из кур** | 60,00 | 70,00 | 16,73 | 15,78 | 4,25 | 225,82 | 0,48 | 30 |
|  | **Гороховое пюре** | 110 | 110 | 26,60 | 19,20 | 25,77 | 371,75 | 8,72 | 31 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Вареники из творога** | 100 | 110 | 8,10 | 7,50 | 15,12 | 165,56 | 0 | 70 |
|  | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** | 150 | 180 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
| **Ужин** | **Молоко кипяченое** |  | 150 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,00 | 2,6 | 95 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 16 день** |  |  |  | 46,98 | 46,33 | 211,79 | 1461,9 | 70,72 |  |