|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| День 5 (с 3-7 лет) | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Драчена | 100,0 | 14,82 | 20,235 | 9,135 | 276,93 | 0,48 | 5.1 | 228 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 5.2 | 1 |
|  | Чай с лимоном | 188,0 | 0,126 | 0,018 | 10,206 | 41,004 | 2,826 | 5.3 | 393 |
| 2 завтрак | Груша свежая/  яблоко | 90,0 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46,0 | 5,0 | 5.4 | 368а |
| **Суммарный объем блюд** | | **403,0** | **39,124** | **19,446** | **67,728** | **545,78** | **11,3365** |  |  |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 180,0 | 1,4 | 3,9 | 6,78 | 67,8 | 14,78 | 5.5 | 67 |
|  | Котлеты рубленые из птицы | 80,0 | 12,576 | 12,864 | 13,304 | 218,664 | 0,664 | 5.6 | 305 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 5.7 | 321 |
|  | Компот из свежих плодов | 180,0 | 0,144 | 0,144 | 21,5 | 87,84 | 1,548 | 5.8 | 372 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 5.9 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **620,0** | **22,616** | **26,564** | **82,444** | **650,604** | **27,054** |  |  |
| Полдник |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ряженка | 180,0 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 91,206 | 0,54 | 5.11 | 401в |
|  | Хлеб пшеничный | 25,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.12 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **205,0** | **6,691** | **7,667** | **21,907** | **183,8195** | **4,65** |  |  |
| Ужин | Каша пшенная молочная жидкая | 200,0 | 5,63 | 8,8 | 72,4 | 314,28 | 0,54 | 5.13 | 185 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 5.14 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.15 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **400,0** | **7,166** | **9,322** | **101,754** | **440,8805** | **2,87** |  |  |
| **Итого за пятый день** |  | **1628,0** | **75,597** | **62,999** | **273,833** | **1821,084** | **45,9105** |  |  |