|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 7 (с 1,5-3 лет)** | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая с изюмом | 175,0 | 4,59 | 5,89 | 40,07 | 232,0 | 0,65 | 7.1 | 176 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 7.2 | 397 |
|  | Масло | 5,0 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | 0,0 | 7.3 | 6 |
|  | Хлеб пшеничный | 26,0 | 1,62 | 0,20 | 9,76 | 48,4 | 0,0 | 7.4 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 7.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | | **451,0** | **14,902** | **17,967** | **73,694** | **520,555** | **12,65** |  |  |
| Обед | Рассольник ленинградский | 150,0 | 1,9 | 4,1 | 12,5 | 95,0 | 5,37 | 7.6 | 76 |
|  | Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом | 60,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 7.7 | 281 |
|  | Соус молочный | 22,0 | 0,2115 | 0,75 | 0,8805 | 11,115 | 0,006 | 7.8 | 352 |
|  | Картофель отварной | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 7.9 | 321 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 7.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 7.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **532,0** | **18,8064** | **18,8454** | **72,3996** | **532,4056** | **17,702** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 150,0 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84,0 | 4,0 | 7.12 | 399 |
|  | Булочка сдобная | 50,0 | 3,7 | 3,8 | 23,9 | 145,0 | 0,01 | 7.13 | 209 |
| **Суммарный объем блюд** | | **200,0** | **6,75** | **6,52** | **28,95** | **201,67** | **1,38** |  |  |
| Ужин | Овощи, припущенные в молочном соусе | 155,0 | 2,7 | 3,1 | 10,5 | 80,0 | 2,92 | 7.14 | 127 |
|  | Шницель рыбный натуральный | 65,0 | 11,976 | 3,576 | 7,784 | 110,664 | 2,44 | 7.15 | 258 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 7.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 26,0 | 0,8596 | 0,2996 | 5,8604 | 30,0202 | 0,0 | 7.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **396,0** | **24,5356** | **9,2706** | **33,8944** | **257,6442** | **9,86** |  |  |
| **Итого за седьмой день** |  | **1579,0** | **64,994** | **52,603** | **208,938** | **1512,2748** | **41,592** |  |  |