|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **21 апреля (с 3-7 лет)** |
| Завтрак | Каша вязкая с изюмом | 185,0 | 6,12 | 6,65 | 53,13 | 297,0 | 0,87 | 7.1 | 176 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 7.2 | 397 |
|  | Масло  | 5,0 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | 0,0 | 7.3 | 6 |
|  | Хлеб пшеничный | 35,0 | 2,43 | 0,30 | 14,64 | 72,6 | 0,0 | 7.4 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 7.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **505,0** | **17,44** | **19,394** | **94,814** | **630,174** | **13,71** |  |  |
| Обед | Рассольник ленинградский | 180,0 | 2,375 | 5,125 | 15,625 | 118,75 | 6,7 | 7.6 | 76 |
|  | Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом | 80,0 | 11,6475 | 8,835 | 12,0525 | 173,7525 | 0,1125 | 7.7 | 281 |
|  | Соус молочный  | 30,0 | 0,423 | 1,5 | 1,761 | 22,23 | 0,012 | 7.9 | 352 |
|  | Картофель отварной | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 7.10 | 318 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 7.11 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 82,70 | 0,0 | 7.12 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **650,0** | **22,1265** | **18,24** | **91,2455** | **657,6425** | **22,6725** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 180,0 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84,0 | 4,0 | 7.13 | 399 |
|  | Булочка сдобная | 70,0 | 6,7 | 6,8 | 43,0 | 260,0 | 0,02 | 7.14 | 209 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **11,275** | **10,88** | **50,575** | **345,005** | **2,025** |  |  |
| Ужин | Овощи, припущенные в молочном соусе | 170,0 | 3,6 | 3,5 | 14,5 | 105,0 | 4,34 | 7.15 | 127 |
|  | Шницель рыбный натуральный | 85,0 | 14,97 | 4,47 | 9,73 | 138,33 | 3,05 | 7.16 | 258 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 7.17 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 34,0 | 1,1666 | 0,4066 | 7,9534 | 40,7417 | 0,0 | 7.18 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **469,0** | **31,7366** | **11,4366** | **45,1834** | **333,3517** | **13,39** |  |  |
| **Итого за седьмой день** |  | **1874,0** | **82,5781** | **59,9506** | **281,8179** | **1966,1732** | **51,7975** |  |  |