|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **ясли (от 1,5 до 3 лет)** |
| Завтрак | Вермишель молочная | 150,0 | 4,95 | 6,75 | 27,0 | 140,28 | 0,67 | 9.1 | 10 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 9.2 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 9.3 | 1 |
|  | Яйца вареные | 40,0 | 6,6 | 6,1 | 0,3 | 80,0 | 0 | 1.2 | 218 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 9.4 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **460,0** | **18,511** | **13,553** | **49,532** | **340,5** | **16,204** |  |  |
| Обед | Борщ с мелко шинкованными овощами | 150,0 | 3,88 | 4,66 | 5,82 | 70,04 | 9,72 | 9.5 | 155 |
|  | Шницель рубленый | 65,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 9.6 | 282 |
|  | Каша перловая рассыпчатая с маслом | 110,0 | 3,72 | 3,89 | 26,65 | 156,54 | 0,0 | 9.7 | 508 |
|  | Соус сметанный  | 15,0 | 0,972 | 3,522 | 4,224 | 52,5 | 0,968 | 9.8 | 356 |
|  | Кисель из сока натурального | 150,0 | 0,476 | 0,051 | 25,67 | 115,362 | 0,935 | 9.9 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 9.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **530,0** | **16,5748** | **20,1546** | **61,6392** | **502,7436** | **15,9058** |  |  |
| Полд-ник | бутерброд с повидлом | 20/13 | 1,659 | 2,619 | 15,048 | 90,666 | 0,00 | 9.11 | 5 |
|  | Молоко кипяченое | 150,0 | 4,575 | 4,08 | 7,575 | 85,005 | 2,055 | 9.12 | 400 |
| **Суммарный объем блюд** | **183,0** | **9,51** | **5,97** | **37,035** | **239,835** | **5,15** |  |  |
| Ужин | Котлета рыбная запеченная | 65,0 | 10,696 | 3,76 | 7,984 | 108,0 | 0,344 | 9.13 | 255 |
|  | Икра свекольная | 150,0 | 3,525 | 6,9 | 18,495 | 150,15 | 10,08 | 9.14 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 9.15 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 2,3 | 1,0 | 9,6 | 60,3 | 0,0 | 9.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **375,0** | **15,906** | **15,455** | **30,119** | **325,135** | **2,819** |  |  |
| **Итого за девя-тый день** |  | **1548,0** | **60,5018** | **55,1326** | **178,3252** | **1408,2136** | **40,0788** |  |  |