|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |  |  |  |  |
| 2 день 3 -7 лет |  |  |
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая | 200,0 | 3,18 | 3,89 | 21,44 | 134,00 | 0,0 | 2.1 | 151 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 2.3 | 1 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 2.4 | 397 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 2.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **505,0** | **13,852** | **15,998** | **75,589** | **504,754** | **13,965** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | Суп картофельный с рыбой | 180,0 | 24,64 | 2,66 | 13,19 | 194,1 | 7,3 | 2.7 | 96 |
|  | Голубцы ленивые | 135,0 | 14,144 | 9,088 | 20,048 | 218,672 | 20,032 | 2.8 | 298 |
|  | Соус сметанный № 354 | 30,0 | 0,423 | 1,5 | 1,761 | 22,23 | 0,012 | 2.9 | 354 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,92 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 2.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 2.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **635,0** | **23,639** | **18,182** | **84,225** | **582,742** | **35,084** |  |  |
| Полд-ник | Гренка молочная | 70,0 | 5,84 | 5,26 | 25,32 | 165,0 | 0,16 | 2.12 | 58 |
|  | Кефир | 180,0 | 5,5 | 5,6 | 16,4 | 140,0 | 0,86 | 2.13 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **15,104** | **8,848** | **46,384** | **325,872** | **0,624** |  |  |
| Ужин |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба отварная с соусом польским | 110,0 | 14,6 | 9,8 | 1,2 | 151,0 | 0,05 | 2.14 | 369 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 2.15 | 321 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 2.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 3,07 | 1,07 | 20,93 | 107,21 | 0,0 | 2.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **440,0** | **32,434** | **15,37** | **51,886** | **400,154** | **17,024** |  |  |
| **Итого за второй день** |  | **1830,0** | **85,029** | **58,398** | **258,084** | **1813,522** | **66,697** |  |  |