|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 6 (с 1,5-3 лет)** | | | | | | | | | |
| Завтрак | Макароны отварные с сыром | 130,0 | 7,7375 | 8,3375 | 18,925 | 181,6625 | 0,1125 | 6.1 | 206 |
|  | Хлеб пшеничный | 19,0 | 1,13 | 1,77 | 11,24 | 62,55 | 0 | 6.2 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Масло сливочное | 5,0 | 6,64 | 0,08 | 0,08 | 59,84 | 0 | 6.3 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Чай с лимоном | 154,0 | 0,11 | 2,03 | 6,65 | 26,29 | 2,03 | 6.4 | 393 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 6.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | | **403,0** | **16,3525** | **11,0025** | **56,835** | **416,0575** | **4,1275** |  |  |
| Обед | Суп рисовый | 150,0 | 1,68 | 3,53 | 7,34 | 68,18 | 3,19 | 6.6 | 98 |
|  | Биточки рубленые | 60,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 6.7 | 282 |
|  | Соус сметанный | 15,0 | 1,296 | 4,696 | 5,632 | 70,0 | 1,024 | 6.8 | 356 |
|  | Каша ячневая рассыпчатая | 110,0 | 3,6 | 3,6 | 20,964 | 132,804 | 0,684 | 6.9 | 128 |
|  | Сок фруктовый | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 6.10 | 399 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 6.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **525,0** | **16,222** | **17,218** | **86,5** | **488,238** | **83,956** |  |  |
| Полд-ник | Молоко кипяченое | 150,0 | 3,05 | 2,72 | 5,05 | 56,67 | 1,37 | 6.13 | 400 |
|  | Печенье | 28,0 | 1,842 | 0,642 | 12,558 | 64,329 | 0,0 | 6.14 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **178,0** | **2,662** | **2,781** | **41,376** | **212,451** | **3,715** |  |  |
|  | Сырники из творога | 75,0 | 10,8975 | 12,0975 | 13,5975 | 206,0025 | 0,0525 | 6.15 | 177 |
|  | Соус молочный сладкий | 30,0 | 0,05 | 0,00 | 10,22 | 39,81 | 0,060 | 6.16 | 351 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 6.17 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 1,842 | 0,642 | 12,558 | 64,329 | 0,0 | 6.18 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | | **265,0** | **15,9395** | **15,4545** | **49,3355** | **399,1365** | **1,3125** |  |  |
| **Итого за шестойдень** |  | **1371,0** | **51,176** | **46,456** | **234,0465** | **1515,883** | **93,111** |  |  |