|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **сад (от 3 до 7 лет)** |
| Завтрак | Вермишель молочная | 200,0 | 6,58 | 9,0 | 26,12 | 187,04 | 0,9 | 9.1 | 10 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 9.2 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 27,0 | 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 | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 9.4 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **547,0** | **24,481** | **17,366** | **67,222** | **451,16** | **18,59** |  |  |
| Обед | Борщ с мелко шинкованными овощами | 180,0 | 5,82 | 6,99 | 8,73 | 105,06 | 14,58 | 9.5 | 155 |
|  | Шницель рубленый | 85,0 | 12,424 | 9,424 | 12,856 | 185,336 | 0,12 | 9.6 | 282 |
|  | Каша перловая рассыпчатая с маслом | 130,0 | 4,4 | 4,6 | 31,5 | 185,0 | 0,0 | 9.7 | 508 |
|  | Соус сметанный  | 30,0 | 1,296 | 4,696 | 5,632 | 70,0 | 1,024 | 9.8 | 356 |
|  | Кисель из сока натурального | 180,0 | 0,56 | 0,06 | 30,2 | 135,72 | 1,1 | 9.9 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 9.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **655,0** | **19,0415** | **22,846** | **73,621** | **585,178** | **18,604** |  |  |
| Полд-ник | бутерброд с повидлом | 47,0 | 2,4885 | 3,9285 | 22,572 | 135,999 | 0,00 | 9.11 | 5 |
|  | Молоко кипяченое | 180,0 | 5,49 | 4,896 | 9,09 | 102,006 | 2,466 | 9.12 | 400 |
| **Суммарный объем блюд** | **227,0** | **15,963** | **9,39** | **63,988** | **404,502** | **7,745** |  |  |
| Ужин | Котлета рыбная запеченная | 85,0 | 13,37 | 4,7 | 9,98 | 135,0 | 0,43 | 9.13 | 255 |
|  | Икра свекольная | 160,0 | 3,76 | 7,36 | 19,73 | 160,16 | 10,8 | 9.14 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 9.15 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 15,0 | 2,456 | 0,856 | 16,744 | 85,772 | 0,0 | 9.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **440,0** | **20,545** | **21,86** | **40,51** | **443,635** | **3,98** |  |  |
| **Итого за девя-тый день** |  | **1869,0** | **80,0305** | **71,462** | **245,341** | **1884,475** | **48,919** |  |  |