|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| приём пищи | **Неделя 1 5день** | тех. | выход блюда (3-7 л.) | выход блюда | пищевые вещества | | |  |  |  | эн.цен.(ккал ) | эн.цен.(ккал) |
|  | наименование блюда | карта № |  | (2-3 г.) | Б (3-7 л. ) Б (2-3г.) | Б (2-3 г.) | Ж (3-7 л.) | Ж (2-3г.) | У(3-7 лет) | У(2-3г.) | (3-7 л.) | (2-3 г) |
| **завтрак** | 1.Каша "Дружба" молочная | 29 | 200 | 150 | 5.5 | 4.13 | 8.77 | 6.58 | 19.27 | 13.96 | 213.00 | 159.75 |
|  | 2.Хлеб пшеничный с маслом | 16 | 40/5 | 30\3 | 2.3 | 2.3 | 4.36 | 4.36 | 14.62 | 14.62 | 108.00 | 108.00 |
|  | 3.Кофейный напиток на молоке | 2 | 180 | 180 | 1.3 | 1.3 | 1.4 | 1.4 | 14.30 | 14.30 | 66.00 | 66.00 |
| **всего завтрак** | |  | **425** | **363** | **9.1** | **7.73** | **14.53** | **12.34** | **48.19** | **42.88** | **387.00** | **333.75** |
| 2 Завтрак | 1. Сок | 65 | 100 | 100 | 2.26 | 2.26 | 0.76 | 0.76 | 28.5 | 28.5 | 141.76 | 141.76 |
| **всего 2 Завтрак** | |  | **100** | **100** | **2.26** | **2.26** | **0.76** | **0.76** | **28.5** | **28.5** | **141.76** | **141.76** |
| **обед** | 1.Суп картофельный с гренками (из мяса птицы) | 30.3 | 180 | 150 | 2.34 | 1.4 | 2.82 | 1.69 | 11.71 | 5.98 | 101.00 | 61.00 |
|  | 2.Биточки мясные.  Соус молочный. | 32.5 | 70/30 | 60/30 | 7.92 | 5.73 | 8.8 | 7.92 | 11.64 | 7.48 | 143.00 | 114.70 |
|  | 3.Каша гречневая рассыпчатая | 33 | 130 | 110 | 8.59 | 5.73 | 6.09 | 4.06 | 28.64 | 15.76 | 183.00 | 112.00 |
|  | 4.Хлеб ржаной | 7 | 50 | 40 | 2.34 | 1.56 | 0.54 | 0.36 | 19.93 | 13.29 | 96.00 | 62.40 |
|  | 5 Компот | 63 | 200 | 200 | 1.00 | 1.00 | 0 | 0 | 20.2 | 20.2 | 84.80 | 84.80 |
| **всего обед** | |  | **710** | **620** | **22.72** | **15.7** | **21.59** | **15.77** | **97.13** | **65.33** | **660.10** | **462.20** |
| **Полдник** | 1.Сдоба |  | 70 | 50 | 2.59 | 1.97 | 3.5 | 2.9 | 26.67 | 19.73 | 142.10 | 137.00 |
|  | 3.Молоко | 64 | 180 | 150 | 5.22 | 4.35 | 4.5 | 3.75 | 7.56 | 6.30 | 92.00 | 76.00 |
| **всего полдник** | |  | **250** | **200** | **7.81** | **6.32** | **8** | **6.65** | **34.23** | **26.03** | **234.10** | **213.00** |
| **Ужин** | 1.Сырники творожные с морковью с молочным сладким соусом | 35.5 | 160/50 | 130/50 | 11.2 | 9.15 | 15.00 | 12.90 | 14.60 | 11.90 | 294.00 | 176.00 |
|  | 2.Хлеб пшеничный | 7 | 40 | 30 | 3.19 | 2.13 | 0.49 | 0.33 | 20.43 | 13.92 | 103.00 | 68.70 |
|  | 3.Кисель | 4 | 200 | 200 | 1.36 | 1.02 | 0 | 0 | 29.02 | 21.76 | 116.19 | 87.14 |
| **Всего ужин** | |  | **450** | **410** | **15.75** | **12.3** | **15.49** | **13.23** | **64.05** | **47.58** | **513.19** | **331.84** |
| **Всего за день** | |  | **1935** | **1693** | **57.64** | **44.31** | **60.37** | **48.75** | **272.1** | **210.32** | **1936.15** | **1482.55** |