**От 1 до 3х +++**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества .г** | | | **Энергетическая ценность ( ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Неделя 2**  **ДЕНЬ 7** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ЗАВТРАК** | Каша пшённая молочная с маслом и сахаром | 150 | 5,26 | 6,0 | 21,2 | 159,75 |  |
|  | Бутерброд с маслом | 25/5 | 1,98 | 6,55 | 12,26 | 117,3 |  |
|  | Чай с сахаром | 180 | 0 | 0 | 12,1 | 38,4 |  |
| ***Итого за завтрак*** |  | ***355,5*** | ***7,24*** | ***12,55*** | ***45,56*** | ***315,45*** |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | сок | 180 | 0,54 | 0 | 30,96 | 118,8 |  |
| ***Итого за второй завтрак*** |  | ***180*** | ***0,54*** | ***0*** | ***30,96*** | ***118,8*** |  |
| **ОБЕД** | Суп с клёцками на м/б | 180 | 4,36 | 5,96 | 16,02 | 147,81 |  |
|  | Картофель по-домашнему с мясом | 180 | 29,16 | 24,8 | 28,4 | 446,40 |  |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 0,27 | 0,009 | 21,93 | 87,08 |  |
|  | Хлеб | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |  |
| *Итого за обед* |  | ***580*** | ***36,43*** | ***31,25*** | ***79,71*** | ***450,89*** |  |
| **ПОЛДНИК** | Пирожок с повидлом/плюшка | 60 | 3,45 | 1,4 | 33,33 | 159,6 |  |
|  | Какао с молоком | 180 | 1,5 | 4,6 | 12,1 | 60 |  |
| ***Итого за полдник*** |  | ***240*** | ***4,95*** | ***6*** | ***45,43*** | ***219,6*** |  |
| **Итого за день** |  | **1355,5** | ***49,16*** | ***49,8*** | ***201,66*** | ***1104,74*** |  |