**От 1 до 3х +++**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества .г** | | | **Энергетическая ценность ( ккал)** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Неделя 2**  **ДЕНЬ 9** |  |  |  |  |  |  |  |
| **ЗАВТРАК** | Вермишель молочная | 150 | 5,40 | 8,33 | 20,68 | 179,95 |  |
|  | Бутерброд с маслом | 25/5 | 1,98 | 6,55 | 12,26 | 117,3 |  |
|  | Чай с сахаром | 180 | 0 | 0 | 12,10 | 38,4 |  |
| ***Итого за завтрак*** |  | ***360*** | ***7,38*** | ***14,88*** | ***45,04*** | ***335,65*** |  |
| **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 рисовый на м/б | 180 | 6,46 | 2,65 | 10,58 | 92,03 |  |
|  | Капуста тушеная с мясом | 180 | 5,08 | 10,75 | 11,16 | 191,52 |  |
|  | Кисель | 180 | 0 | 0 | 27 | 130,5 |  |
|  | Хлеб | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |  |
| *Итого за обед* |  | ***580*** | ***14,18*** | ***13,88*** | ***62,1*** | ***483,65*** |  |
| **ПОЛДНИК** | Яйцо вареное | 1 шт. (40 гр) | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 |  |
|  | Икра кабачковая | 30 | 0,57 | 2,67 | 2,31 | 35,7 |  |
|  | булка | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |  |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 0,27 | 0,009 | 21,93 | 87,08 |  |
| ***Итого за полдник*** |  | ***280*** | ***8,2*** | ***7,51*** | ***39,28*** | ***256,28*** |  |
| **Итого за день** |  | **1400** | ***30,3*** | ***36,27*** | ***117,38*** | ***1194,38*** |  |