**Неделя: Вторая**

***День: Пятница***

Возрастная категория: дети до 3 – х лет

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход(гр) | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|  |  |  |
| **Завтрак**  |
| Каша ячневая на молоке | 160 | 5,4 | 6,1 | 23,1 | 168,3 | №11 |
| Кофейный напиток на молоке | 160 | 2,5 | 2,1 | 11,6 | 77,0 | №93 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,8 | 0,64 | 12,6 | 64,3 | №32 |
| с сыром  | 8 | 2,0 | 2,0 | 0,0 | 28,2 |  №33 |
| **Итого за завтрак:**  | **358** | **11,7** | **10,84** | **47,3** | **337,8** |  |
| **Завтрак 2** |
| Сок | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,6 | 48,0 | №91 |
|  | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,6** | **48,0** |  |
| **Обед** |
| Щи со сметаной  | 180 | 21,2 | 16,5 | 49,3 | 432,0 | №102 |
| Картофельное пюре | 130 | 2,9 | 3,9 | 26,8 | 157,7 | №43 |
| Мясной рулет с яйцом | 70 | 3,6 | 1,9 | 5,2 | 61,0 | №48 |
| Хлеб ржаной  | 40 | 2,4 | 0,4 | 17,7 | 75,6 | №31 |
| Компот с/ф | 180 | 1,0 | 0,0 | 24,5 | 94,5 | №89 |
| **Итого за обед:** | **600** | **31,1** | **22,7** | **123,5** | **820,8** |  |
| **Полдник** |
| Кисель | 180 | 0,0 | 0,0 | 17,6 | 72,0 | №87 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,8 | 0,64 | 12,6 | 64,3 | №32 |
| **Итого полдник:** | **210** | **1,8** | **0,64** | **30,2** | **136,3** |  |
| **Ужин** |
| Зеленый горошек  | 40 | 13,2 | 25,4 | 2,5 | 24,5 | №58 |
| Омлет | 100 | 2,0 | 0,0 | 3,5 | 293,0 | №23 |
| Чай с лимоном | 180 | 0,0 | 0,0 | 7,1 | 29,0 | №87 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,8 | 0,64 | 12,6 | 64,3 | №32 |
| **Итого за ужин:** | **370** | **4,4** | **2,94** | **28,4** | **163,0** |  |
| **Итого за день:** | **1638** | **49,5** | **37,22** | **240,0** | **1505,9** |  |