

**День 9 (с 1,5 до 3 лет)**

| Приём пищи    | Нименование блюд            | Выход блюда, г | Пищевые вещества (г) |       |        | Эн. ц. (ккал) | Вит С | № рецепта |
|---------------|-----------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------|-------|-----------|
|               |                             |                | Б                    | Ж     | У      |               |       |           |
| 8ч. 30 мин.   | <u>Завтрак</u>              |                |                      |       |        |               |       |           |
|               | Каша молочная пшеничная     | 130            | 5,46                 | 4,03  | 22,75  | 149,11        | -     | №45       |
|               | Чай с сахаром               | 180            | 0,1                  | 0     | 11,25  | 45,4          | 0,54  | №95       |
|               | Бутерброд с повидлом        | 40             | 1,2                  | 3,2   | 20,2   | 114,4         | -     | № 49      |
|               | Итого за завтрак:           | 350,00         | 6,76                 | 7,23  | 54,20  | 308,91        | 0,54  |           |
| 10ч. 00.мин.  |                             |                |                      |       |        |               |       |           |
|               | <u>Второй завтрак</u>       |                |                      |       |        |               |       |           |
|               | Сок фруктовый               | 100,00         | -                    | -     | 15,75  | 70,50         | 3,00  | №92       |
| 11 ч. 45 мин. | Итого за второй завтрак:    | 100,00         | 0,00                 | 0,00  | 15,75  | 70,50         | 3,00  |           |
|               | <u>Обед</u>                 |                |                      |       |        |               |       |           |
|               | Салат «Свеколка»            | 45,00          | 0,40                 | 3,44  | 4,90   | 46,90         | 2,64  |           |
|               | Суп-Уха                     | 180,00         | 6,12                 | 1,80  | 9,90   | 80,28         | -     | №26       |
|               | Рагу овощное с мясом курицы | 150,00         | 9,90                 | 5,40  | 14,85  | 147,60        | -     | №18       |
|               | Какао с молоком             | 180            | 4,32                 | 3,78  | 16,56  | 117,54        | 0     | №69       |
|               | Хлеб                        | 30             | 2,37                 | 0,3   | 14,49  | 70,14         | -     | №101      |
| 15 ч. 50 мин. | Итого за обед:              | 585,00         | 23,11                | 14,72 | 60,70  | 462,46        | 2,64  |           |
|               | <u>Полдник</u>              |                |                      |       |        |               |       |           |
|               | Манник                      | 60,00          | 3,50                 | 6,30  | 21,20  | 150,50        | -     | №28       |
|               | Чай с сахаром               | 180            | 0,1                  | 0     | 11,25  | 45,4          | 1,26  | №95       |
|               | Итого за полдник:           | 240,00         | 3,60                 | 6,30  | 32,45  | 195,90        | 1,26  |           |
|               | Итого за девятый день:      | 1275,00        | 33,47                | 28,25 | 163,10 | 1037,77       | 7,44  |           |

**День 9 (с 3 до 7 лет)**

| Приём пищи    | Нименование блюд            | Выход блюда, г | Пищевые вещества (г) |              |               | Эн. ц. (ккал)  | Вит С       | № рецепта |
|---------------|-----------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-----------|
|               |                             |                | Б                    | Ж            | У             |                |             |           |
| 8ч. 30 мин.   | <u>Завтрак</u>              |                |                      |              |               |                |             |           |
|               | Каша молочная пшеничная     | 150            | 6,3                  | 4,65         | 26,25         | 172,05         | -           | №45       |
|               | Чай с сахаром               | 200            | 0,1                  | 0            | 12,5          | 50,4           | -           | №95       |
|               | Бутерброд с повидлом        | 50             | 1,5                  | 4            | 25,25         | 143            | -           | № 49      |
|               | Итого за завтрак:           | <b>400,00</b>  | <b>7,90</b>          | <b>8,65</b>  | <b>64,00</b>  | <b>365,45</b>  | <b>0,00</b> |           |
| 10ч. 00.мин.  |                             |                |                      |              |               |                |             |           |
|               | <u>Второй завтрак</u>       |                |                      |              |               |                |             |           |
|               | Сок фруктовый               | 150            | 0                    | 0            | 23,63         | 94,52          | 3           | №92       |
| 11 ч. 45 мин. | Итого за второй завтрак:    | <b>150,00</b>  | <b>0,00</b>          | <b>0,00</b>  | <b>23,63</b>  | <b>94,52</b>   | <b>3,00</b> |           |
|               | <u>Обед</u>                 |                |                      |              |               |                |             |           |
|               | Салат «Свеколка»            | 60             | 0,53                 | 4,59         | 6,53          | 69,55          | 2,64        |           |
|               | Суп-Уха                     | 200,00         | 6,80                 | 2,00         | 11,00         | 89,20          | -           | №26       |
|               | Рагу овощное с мясом курицы | 200,00         | 13,20                | 7,20         | 19,80         | 196,80         | -           | №18       |
|               | Какао с молоком             | 200            | 4,8                  | 4,2          | 18,4          | 130,6          | 0           | №69       |
|               | Хлеб                        | 40             | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52          | -           | №101      |
| 15 ч. 50 мин. | Итого за обед:              | <b>700,00</b>  | <b>28,49</b>         | <b>18,39</b> | <b>75,05</b>  | <b>579,67</b>  | <b>2,64</b> |           |
|               | <u>Полдник</u>              |                |                      |              |               |                |             |           |
|               | Манник                      | 80,00          | 4,67                 | 8,40         | 28,27         | 207,36         | -           | №28       |
|               | Чай с сахаром               | 200            | 0,1                  | 0            | 12,5          | 50,4           | -           | №95       |
|               | Итого за полдник:           | <b>280,00</b>  | <b>4,77</b>          | <b>8,40</b>  | <b>40,77</b>  | <b>257,76</b>  | <b>0,00</b> |           |
|               | Итого за девятый день:      | <b>1530,00</b> | <b>41,16</b>         | <b>35,44</b> | <b>203,45</b> | <b>1297,40</b> | <b>5,64</b> |           |