|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Выход блюда** | **б** | **ж** | **у** | **Кк** | **С,мг** | **б** | **ж** | **у** | **Кк** | **С,мг** |
|  | **ЗАВТРАК** |  | **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №221с.398 |  | **Каша геркулесовая на молоке** | **250** | **250** | 6,3 | 6 | 45,7 | 286 | 0,65 | 8,50 | 7,90 | 76,32 | 477,62 | 1,09 |
| №434 |  | **Какао с молоком** | **200** | **200** | 4 | 4 | 31,7 | 156 | 0,54 | 4 | 4 | 31,7 | 156 | 0,54 |
| №261 |  | **Яйцо вареное** | **40** | **40** | 18,5 | 14,5 | 45 | 62,8 | 0,27 | 18,5 | 14,5 | 45 | 62,8 | 0,27 |
| №481 |  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** | 2 | 0,35 | 0,33 | 48,75 |  | 3,00 | 0,53 | 0,50 | 73,13 | 0,00 |
| №458 |  | **Фрукт свежий (банан)** | **1 шт** | **1 шт** | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46 | 22,02 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46 | 22,02 |
|  |  | **Итого по приёму пищи** |  |  | **31,20** | **25,15** | **133,03** | **599,55** | **23,48** | **34,40** | **27,23** | **163,81** | **815,55** | **23,92** |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №70 |  | **Салат из ранней капусты с зеленью** | **80** | **100** | 0,48 | 0,12 | 1,56 | 18 | 2,94 | 0,77 | 0,19 | 2,50 | 28,80 | 4,70 |
| №104(2) |  | **Рассольник ленинградский** | **250** | **250** | 5,6 | 5 | 10,2 | 194 | 9,39 | 9,52 | 8,5 | 17,34 | 329,8 | 15,96 |
| №347 |  | **Котлеты рубленые из птицы** | **100** | **100** | 11,5 | 11 | 9 | 192,5 | 0,012 | 19,55 | 18,70 | 15,30 | 345,00 | 0,02 |
| №359(3) |  | **Макароны отварные** | **150** | **180** | 7 | 8 | 24 | 200 | 0 | 9 | 13,6 | 40,8 | 340 | 0 |
| №407 |  | **Кисель фруктово- ягодный** | **200** | **200** | 0,14 | 0,06 | 31,7 | 69,44 | 40 | 0,14 | 0,06 | 31,7 | 69,44 | 40 |
| №481 |  | **Хлеб ржаной** | **40** | **60** | 2,8 | 0,51 | 6,5 | 90 | 0 | 4,2 | 0,765 | 9,75 | 135 | 0 |
| №481 |  | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | 4,1 | 0,7 | 4,6 | 97,5 | 0 | 6,15 | 1,05 | 6,9 | 146,25 | 0 |
|  |  | **Итого по приёму пищи** |  |  | **31,62** | **25,39** | **87,56** | **861,44** | **52,342** | **49,328** | **42,867** | **124,286** | **1394,29** | **60,6874** |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сок фруктовый** | **200** | **200** | 1 | 0 | 27,4 | 112 | 2,8 | 1 | 0 | 27,4 | 112 | 2,8 |
|  |  | **Булочка школьная** | **80** | **80** | 4,26 | 2,39 | 34,8 | 140 | 0,16 | 4,26 | 2,39 | 34,8 | 140 | 0,16 |
|  |  | **Итого по приёму пищи** |  |  | **5,26** | **2,39** | **62,2** | **252** | **2,96** | **5,26** | **2,39** | **62,2** | **252** | **2,96** |
|  |  | **Итого за 2 день** |  |  | **68,08** | **52,93** | **282,79** | **1712,99** | **78,78** | **88,99** | **72,48** | **350,30** | **2461,84** | **87,56** |