|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕНЬ 9** | | | | | | | | | |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевая ценность** | | | **Энергетическая ценность (Ккал)** | **Витамин С** | **№ рецептуры** | **Цена** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Завтрак** | **Каша пшенная молочная** | 200 | 7,1 | 7,8 | 35,3 | 240,5 | 0,6 |  | **7,78** |
| Молоко |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| Пшено |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| **Чай с лимоном** | 200 | 0,2 | 0 | 16,3 | 63,9 | 4,1 |  | **0,9** |
| Сахар |  |  |  |  |  |  | **1,22** |
| Чай |  |  |  |  |  |  |  |
| Лимон |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб пшеничный со сливочным маслом** | 33/10 | 3,12 | 6,27 | 17,28 | 151,07 |  |  | **6,06** |
| Хлеб пшеничный |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | **Свежий помидор** | 14 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,9 | 5,0 |  |  |
| **Суп вермишелевый на к/б**  Куры | 200 | 4,88 | 3,86 | 15,47 | 127,55 | 0,4 |  | **4,62** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Вермишель |  |  |  |  |  |  |  |
| Лук |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Гречка отварная** | 4,2 | 21,3 | 1,1 | 132,0 |  |  | **3,91** |
| Гречка | 120  100 |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Гуляш из куриного мяса** | 8,8 | 6,4 | 2,3 | 101,8 | 0,3 |  | **7,94** |
| Куры |  |  |  |  |  |  |  |
| Мука |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь |  |  |  |  |  |  |  |
| Лук репчатый |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб ржаной** | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |  |  | **1,8** |
| **Компот из яблок** | 200 | 0,35 | 0 | 20,75 | 83,25 | 1,2 |  | **1,74** |
| Яблоки |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | **Печенье «Крендель»** | 40 | 5,0 | 3,2 | 3,5 | 68 | 0,6 |  | **11,87** |
| **Чай с сахаром** | 200 | 0,2 | 0 | 16,3 | 63,9 | 4,1 |  | **1,22** |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай |  |  |  |  |  |  |  |
| Лимон |  |  |  |  |  |  |  |
| **Ужин** | **Винегрет овощной** | 100 | 1,7 | 5,17 | 8,3 | 90,83 | 10,83 |  | **9,43** |
| Картофель |  |  |  |  |  |  |  |
| Свекла |  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь |  |  |  |  |  |  |  |
| Лук |  |  |  |  |  |  |  |
| Зеленый горошек |  |  |  |  |  |  |  |
| Соленый огурец | 31  16 |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло растительное |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сельдь** | 3,7 | 3,6 | 0,6 | 49,8 | 0,7 |  | **6,0** |
| **Хлеб ржаной** | 1,7 | 0,7 | 8,5 | 51,8 | 0,4 |  |  |
| **Чай с сахаром** | 200 | 2,9 | 3,2 | 19,7 | 114,8 | 0,7 |  | **0,8** |
| Сахар |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Чай |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Хлеб пшеничный** | 33 | 2,32 | 0,72 | 10,02 | 81,85 |  |  | **2,3** |