Меню на 23.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 18 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Лапшевник с творогом с молоч. соусом** | 90/20 | 100/20 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
|   | **Чай**  | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 77 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 25 5 | 30 7 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 50 | 50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед  | **Салат из свежих помидоров** | 30 | 45 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Щи на к/б со сметаной** | 180/4 | 200/5 | 3,1 | 2,07 | 16,9 | 256,60 | 24,255 | 45 |
|   | **Яичное суфле с рисом и м\к** |  90 |  100 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Компот из сухофруктов**  | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 32 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Какао с молоком** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 119,7 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 25 | 22 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 50 |
| Ужин | **Каша молочная овсяная** |   | 180 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155 | 1 | 50 |
| Итого за 18 день |   |   |   | 53,35 | 50,05 | 248,73 | 1656,17 | 76,98 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |