Меню на 24.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 19 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Каша манная молочная**  | 150 | 180 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|   | **Чай**  | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 54 | 0 | 77 |
|  |  **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |  70 | 70 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 75 |
| Обед  | **Салат из моркови**  | 30,00 | 40,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп на курином бульоне с морской капустой и сметаной** | 180/5 | 200/5 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|   | **Котлета рыбная**  | 60,00 | 70,00 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43 |
|  | **Рис отварной** | 90 | 100 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 50 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник |  **Крем-брюле** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 119,7 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 20 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 50 |
| Ужин | **Каша молочная геркулесовая** |   | 180 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
| Итого за 19 день |   |   |   | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |