Меню на 02.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 8** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Запеканка из творога и риса с молочным соусом** | 180\30 | 160\50 | 8,10 | 7,50 | 15,12 | 165,56 | 0 | 70 |
|  | **Чай с лимоном** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты апельсин** | 81 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат витаминный** | 45,00 | 60,00 | 1,46 | 3,08 | 4,29 | 50,00 | 5,8 | 62 |
|  | **Рассольник ленинградский со сметаной**  | 180 6 | 200 4 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 | 6,04 | 8 |
|  | **Гуляш из мяса кур с картофельным пюре** | 70\130 | 80\130 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 |  | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Компот из изюма** |  | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 52 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Молоко** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Булочка домашняя** | 50 | 60 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
| **Ужин** | **Кофейный напиток** |  | 200 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 144 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 8 день**  |   |   |   | 81,24 | 59,42 | 249,27 | 1762,5 | 135,9 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |