Меню на 03.07.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 3** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Сырники со сгущенным молоком** | 90 20 | 100 20 | 20,91 | 13,20 | 20,44 | 288,69 | 0,55 | 69 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 25 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 40,00 | 45,00 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
| **Обед** | **Салат из моркови с изюмом**  | 30,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп рисовый с картофелем на к/б** | 200,00 | 250,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|  | **Капуста тушеная с мясом кур** | 130,00 | 145,00 | 4,40 | 4,23 | 31,31 | 183,00 | 34,64 | 22 |
|  | **Компот из сухофруктов**  | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 30 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Молоко кипяченное**  | 140,00 | 150,00 | 4,58 | 3,98 | 7,58 | 84,67 | 2,25 | 95 |
|  | **Бутерброд с джемом** | 19 10 | 25 15 | 2,32 | 0,24 | 20,08 | 92,00 | 0,01 | 78 |
| **Ужин** | **Каша манная молочная**  |   | 180,00 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 0,88 | 49 |
| **Итого за 3 день**  |   |   |   | 70,54 | 56,67 | 290,03 | 1971,84 | 88,88 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |