Меню на 03.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 9** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша геркулесовая молочная**  | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 144 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты банан** | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат свежих огурцов** | 40,00 | 60,00 | 1,46 | 3,08 | 4,29 | 50,00 | 5,8 | 62 |
|  | **Суп сборно-овощной на к/б со сметаной** | 180/7 | 200/5 | 6,45 | 5,16 | 21,92 | 148,87 | 6,05 | 10 |
|  | **Бефстроганов из мяса кур с кашей пшенной** | 70\120 | 80\120 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 23 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Котлета рыбная** | 70 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  20 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Чай**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 200,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 9 день**  |   |   |   | 69,84 | 56,81 | 305,94 | 2086,96 | 232,3 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |