Меню на 04.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 10** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Омлет натуральный с кабачковой икрой** | 110\30 | 110\50 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Чай**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 70 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Суп картофельный с крупой(гречневой) на к/б** | 180 | 200 | 3,96 | 4,68 | 14,29 | 115,30 | 8,43 | 11 |
|  | **Овощное рагу с мясом кур** | 170 | 180 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | 0 | 38 |
|  | **Компот из лимонов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 21 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Какао с молоком** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  20 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **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 10 день**  |   |   |   | 52,83 | 47,69 | 247 | 1604,1 | 56,39 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |