Меню на 05.07.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 5** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная** | 150,00 | 180,00 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 0,88 | 49 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 25 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 50 | 55 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из зеленного горошка с луком репчатым** | 30,00 | 30,00 | 1,57 | 5,08 | 3,90 | 67,00 | 3,2 | 60 |
|  | **Свекольник на к/б со сметаной** | 200/8 | 250/10 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Куры по-строгановски с макаронами** | 70 90 | 80 100 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 43 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20 | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 160,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | 57,33 | 45,65 | 258,05 | 1729,38 | 91,51 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |