Меню на 06.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 4 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | **Каша "Дружба" молочная** | 150,00 | 200,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Чай сладкий с лимоном** | 150 | 180 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106 | 2,6 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 50,00 | 50,00 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
| Обед | **Салат из свеклы** | 40,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп вермишелевый на курином бульоне** | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  | **Рыба тушеная с отварным картофелем** |  | 60 110 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Биточки из рыбы с отварными овощами** | 60 90 |  | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 18 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Какао с молоком** | 150 | 180 | 0,10 |  | 13,50 | 54,00 |  | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 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** |  | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Итого за 4 день |  |  |  | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |