Меню на 10.06.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 6** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром** | 130 | 150 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |  | 24 |
|  | **Чай сладкий** | 150 | 180 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106 | 2,6 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 27 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 95 | 109 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из свеклы** | 60,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп с клёцками с мясом кур** | 180,00 | 200,00 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Голубцы ленивые с мясом кур в сметанном соусе** | 130\30 | 150\30 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из кураги** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 34 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт (кефир)** | 190,00 | 193,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 27,00 | 30,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| **Ужин** | **Каша геркулесовая молочная** |  | 200,00 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
| **Итого за 6 день** |  |  |  | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |