Меню на 10.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 17 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Каша молочная ячневая** | 160 | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
|   | **Чай с сахаром и лимоном** | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|   | **Бутерброд с маслом**  | 34\5 | 30\5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед | **Салат из свежих помидоров** | 50 | 50 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | 9,24 | 60 |
|   | **Щи на к/б со сметаной** | 180/7 | 200/8 | 3,1 | 2,07 | 16,9 | 256,60 | 24,255 | 45 |
|   | **Зразы манные с м/кур с томатным соусом** | 150/40 | 160/50 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Компот из кураги** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 50 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Молоко кипяченое** |  150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный с повидлом** |  34\26 | 40\26 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| Ужин | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |   | 200 | 1,4 | 0 | 30,04 | 145,99 | 0 | 25 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |   | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| Итого за 17 день |   |   |   | 76,28 | 61,63 | 276,75 | 1955,35 | 64,62 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |