Меню на 11.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 18 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Лапшевник с творогом с молоч. соусом** | 115/30 | 135/50 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
|   | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 165,56 | 0 | 70 |
|   | **Бутерброд с маслом**  | 30\5 | 30\5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты банан** | 50 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед | **Салат из соленых огурцов** |  | 50 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | 9,24 | 60 |
|   | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|   | **Ежики крупяные с говядиной и м/кур в томатном соусе** | 80 | 85 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 327,38 | 0,81 | 36 |
|  | **Картофельное пюре** | 130 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов**  | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Гречка с сахаром** |  50 | 50 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 200 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
| Ужин | **Кисломолочный продукт ряженка** |  | 200 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 | 1,19 | 76 |
|  | **Каша гречневая с сахаром** |   | 160 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155 | 1 | 50 |
| Итого за 18 день |   |   |   | 76,28 | 61,63 | 276,75 | 1955,35 | 64,62 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |