Меню на 12.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 8 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Запеканка из творога и манки с молочным соусом** | 110\30 | 130\50 | 8,10 | 7,50 | 15,12 | 165,56 | 0 | 70 |
|   | **Чай с лимоном** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 50 | 50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед  | **Салат из капусты** | 40,00 | 60,00 | 0,57 | 5,04 | 5,19 | 68,40 | 1 | 61 |
|  | **Суп гороховый на к/б с гренками** | 180 10 | 200 20 | 5,94 | 4,86 | 23,91 | 163,64 | 16,73 | 9 |
|   | **Котлета куриная** | 60 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Отварной рис** | 110 | 120 | 24,08 | 13,99 | 26,21 | 326,72 | 29,7 | 37 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 20 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Молоко** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Печенье**  |  | 42 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 27,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Каша гречневая с маслом и сахаром** |   | 160 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |   | 24 |
| Итого за 8 день |   |   |   | 81,24 | 59,42 | 249,27 | 1762,5 | 135,9 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |