Меню на 12.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 19 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Каша манная молочная**  |  | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Каша ячневая молочная**  | 160 |  | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|   | **Какао с молоком**  | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|   | **Бутерброд с маслом**  | 30\5 | 30\5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 50 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед | **Салат из капусты** | 40 | 60 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | 9,24 | 60 |
|   | **Суп на курином бульоне с морской капустой и сметаной** | 180/5 | 200/8 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|   | **Котлета рыбная**  | 60,00 | 80,00 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43 |
|  | **Рис отварной** | 110 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Крем -брюле** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Пряник** | 33 | 43 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 54,00 | 0 | 88 |
| 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 19 день |   |   |   | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |