Меню на 13.01.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | 130 | 160 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |   | 24 |
|   | **Какао с молоком** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|   | **Бутерброд с маслом** | 27 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0  | 75 |
| 2-ой завтрак | **Сок фруктовый** | 100 | 100,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед  | **Салат из моркови** | 30,00 | 40,00 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 57 |
|  | **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** | 150\30 | 160\30 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|   | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 44 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Кисломолочный продукт (кефир)** | 170,00 | 180,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 28,00 | 30,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| Ужин | **Каша ячневая 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 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |