Меню на 13.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 9 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Каша геркулесовая молочная**  | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|   | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 144 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 28 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Компот из лимонов** | 100 | 100 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| Обед  | **Салат из свеклы** | 50,00 | 60,00 | 0,57 | 5,04 | 5,19 | 68,40 | 1 | 61 |
|  | **Суп сборно-овощной на к/б со сметаной** | 180/6 | 200/5 | 6,45 | 5,16 | 21,92 | 148,87 | 6,05 | 10 |
|   |  **Рыбные биточки с перловой кашей** | 65 110 | 70 120 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 5,00 | 4,50 | 27,50 | 139,90 | 2,6 | 94 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Морковные котлеты** | 60 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** | 180,00 | 200,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
| Ужин | **Хлеб пшеничный**  |  | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Молоко** |   | 150,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
| Итого за 9 день |   |   |   | 81,24 | 59,42 | 249,27 | 1762,5 | 135,9 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |