Меню на 14.02.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 10 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Омлет натуральный кабачковая икра** | 90\40 | 110\50 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|   | **Чай**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 25,00  | 30,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| 2-ой завтрак | **Компот из лимонов** | 100 | 100 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| Обед  | **Суп картофельный с крупой(гречневой) на к/б** | 180 | 200 | 3,96 | 4,68 | 14,29 | 115,30 | 8,43 | 11 |
|  | **Овощное рагу с мясом кур** | 160 | 180 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | 0 | 38 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 32 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Какао с молоком** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 144 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 26,00  | 30,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| Ужин | **Сок фруктовый** |  | 200 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Итого за 10 день |   |   |   | 69,84 | 56,81 | 305,94 | 2086,96 | 232,3 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |