Меню на 14.03.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |   |   |   |
|  | **Каша "Дружба"** | 180,00 | 200,00 | 6,55 | 8,33 | 35,09 | 241,11 | 1,28 | 48 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 25 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (яблоко)** | 41 | 50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из моркови**  | 40,00 | 50,00 | 1,13 | 4,56 | 4,09 | 64,00 | 4,48 | 64 |
|  | **Щи крестьянские на к/б со сметаной** | 180/4 | 200/4 | 6,45 | 5,16 | 21,92 | 148,87 | 6,05 | 10 |
|  | **Куры по-строгановски с гречкой** | 60 120 | 70 130 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из кураги** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 47,00 | 40,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Биточки рыбные**  | 60 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Чай сладкий** | 150  | 180 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106 | 2,6 | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 32,00  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Молоко кипяченное**  |  | 125,00 | 4,58 | 3,98 | 7,58 | 84,67 | 2,25 | 95 |
|  | **Хлеб пшеничный** |   | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 9 день** |   |   |   | 69,84 | 56,81 | 305,94 | 2086,96 | 232,3 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |