Меню на 16.06.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 11 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Рожки с маслом и сахаром** | 150 | 160 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|   | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом**  | 28  | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Сок фруктовый** | 100,00  | 109,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед  | **Салат из моркови**  | 40 | 50 | 0,35 | 0,00 | 1,40 | 7,00 | 25 | 41 |
|   | **Свекольник с гов.тушенкой со сметаной** | 180/5 | 200/5 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Каша гречневая с гов.тушенкой** | 160 | 170 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 36 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Кисломолочный продукт йогурт** | 150,00 | 200,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 28,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Каша ячневая молочная** |   | 200 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
| Итого за 11 день |   |   |   | 52,6 | 57,79 | 281,26 | 1878,2 | 134,7 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |