Меню на 17.01.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | **Каша ячневая молочная**  | 150 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|   | **Чай с сахаром и лимоном** | 150 | 180 | 5,00 | 4,50 | 27,50 | 139,90 | 2,6 | 94 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Сок фруктовый** | 100 | 109 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед  | **Салат из моркови**  | 40,00 | 50,00 | 1,13 | 4,56 | 4,09 | 64,00 | 4,48 | 64 |
|  | **Суп картофельный с гречневой крупой на к/б** | 180 | 200 | 3,96 | 4,68 | 14,29 | 115,30 | 8,43 | 11 |
|  | **Ежики из мяса кур и говядины** | 60,00 | 80,00 | 16,73 | 15,78 | 4,25 | 225,82 | 0,48 | 30 |
|  | **Свекла тушеная со сметаной** | 110 | 120 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|   | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной и пшеничный** | 13\16 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Кофейный напиток с молоком** | 150,00 | 200,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Печенье** |  30 | 30 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
| Ужин | **Молоко** |   | 200,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
| Итого за 10 день |   |   |   | 52,83 | 47,69 | 247 | 1604,1 | 56,39 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |