Меню на 18.03.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |  |  |  |
|  | **Рожки с маслом и сахаром** | 120 | 130 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Кофейный напиток** | 180 | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,00 | 2,6 | 95 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 96 | 105 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из свежей капусты** | 40,00 | 50,00 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 57 |
|  | **Суп гороховый на к/б с гренками** | 180 15 | 200 15 | 5,94 | 4,86 | 23,91 | 163,64 | 16,73 | 9 |
|  | **Картофельная запеканка с мясом в томатном соусе** | 160 30 | 180 30 | 24,08 | 13,99 | 26,21 | 326,72 | 29,7 | 37 |
|  | **Компот из изюма** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 33,00 | 40,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисель** | 180 | 200 | 3,20 | 3,00 | 22,50 | 129,60 | 1,2 | 90 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша геркулесовая молочная** |  | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
| **Итого за 11 день** |  |  |  | 45,99 | 45,00 | 215,95 | 1460,99 | 83,25 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |