Меню на 18.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 20** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша рисовая молочная**  | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  |  **Бутерброд с маслом** | 25 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из лимонов** | 150 | 100 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед** | **Салат из капусты** | 50,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  |  **Запеканка картофельная с мясом кур**  | 170 | 180 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 73,33 | 6,4 | 23 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 56 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Пирожок с повидлом**  | 50 | 60 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
|  | **Чай**  | 150,00 | 180,00 | 2,60 | 1,80 | 18,80 | 101,70 | 0,4 | 87 |
| **Ужин** | **Молоко** |  | 200 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |  | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 20 день**  |   |   |   | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |