Меню на 18.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 3 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Сырники со сгущенным молоком** | 110 20 | 150 30 | 20,91 | 13,20 | 20,44 | 288,69 | 0,55 | 69 |
|   | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|   | **Бутерброд с маслом**  |  | 30\5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты апельсин** |  50 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед | **Салат из моркови**  | 40,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|   | **Суп рисовый с картофелем на к/б** | 180,00 | 200,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|   | **Капуста тушеная с мясом кур** | 160,00 | 180,00 | 4,40 | 4,23 | 31,31 | 183,00 | 34,64 | 22 |
|  | **Компот из груш** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 20 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Крем-брюле** | 150,00 | 200,00 | 4,58 | 3,98 | 7,58 | 84,67 | 2,25 | 95 |
|  | **Хлеб пшеничный с сыром** | 23 | 30 10 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Чай с сахаром**  |   | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| Итого за 3 день |   |   |   | 70,54 | 56,67 | 290,03 | 1971,84 | 88,88 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |