Меню на 19.06.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 14 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Каша ячневая молочная**  | 150 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|   | **Кофейный напиток**  |  150 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 21 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты банан** | 50 | 50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 |   |
| Обед  | **Салат из соленых огурцов** | 23 | 40 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп гороховый на к/б** | 180 | 200 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117,43 | 9,74 | 7 |
|   | **Тефтели рыбные в томатном соусе** | 55,00 | 75,00 | 2,90 | 2,40 | 14,30 | 71,10 | 1,2 | 89/1 |
|  | **Картофельное пюре** | 130 | 150 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 23 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Чай с сахаром**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Печенье** | 30  | 40 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| Ужин | **Рожки отварные с маслом и сахаром** |   | 160 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
| Итого за 14 день |   |   |   | 83,02 | 72,38 | 171,63 | 2063,5 | 89,9 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |