Меню на 19.09.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 19** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша манная 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** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |  100 | 100 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 75 |
| **Обед** | **Салат из моркови**  | 40,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп на курином бульоне с морской капустой и сметаной** | 180/6 | 200/6 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|  | **Куры по-строгановски с макаронами** | 70 110 | 80 120 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из лимонов** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Котлета рыбная**  | 75,00 | 75,00 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 30 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Чай**  | 150,00 | 180,00 | 2,60 | 1,80 | 18,80 | 101,70 | 0,4 | 87 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |   | 200,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 19 день**  |   |   |   | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |