Меню на 20.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 рисовая молочная** | 150,00  | 200 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
|   | **Чай с лимоном** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 66 | 65 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 60  |
| Обед  | **Салат из капусты**  | 50 | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп вермишелевый на к/б** | 180 | 200 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117,43 | 9,74 | 7 |
|   | **Тефтели рыбные в томатном соусе** | 60,00 | 70,00 | 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 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 50 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  | 150 | 200 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30,00 | 30,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Ужин | **Сырники из творога** |   | 130 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
| Итого за 14 день |   |   |   | 83,02 | 72,38 | 171,63 | 2063,5 | 89,9 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |