Меню на 20.05.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 11** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Рожки с маслом и сахаром** | 120 | 130 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с сыром**  | 25 7 | 30 9 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 129 | 105 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат витаминный** | 50,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Борщ на к/б со сметаной** | 180/4 | 200/5 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Бефстроганов из куриного мяса** | 70 | 75 | 15,56 | 18,72 | 4,77 | 258,24 | 0,8 | 42 |
|  | **Каша пшенная** | 120 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб ржаной** | 56 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт кефир** | 166,00 | 185,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 30,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша ячневая молочная** |   | 200 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
| **Итого за 11 день**  |   |   |   | 45,99 | 45,00 | 215,95 | 1460,99 | 83,25 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |