Меню на 20.08.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 17** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша молочная «Боярская» с изюмом** | 180 | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 35 5 | 30 5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты банан** | 70 | 70 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из свежих огурцов** | 40 | 40 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | 9,24 | 60 |
|  | **Щи на к/б со сметаной** | 180/4 | 200/5 | 3,1 | 2,07 | 16,9 | 256,60 | 24,255 | 45 |
|  | **Зразы манные с м/кур с томатным соусом** | 140/30 | 160/50 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 46 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| **Полдник** | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 165,56 | 0 | 70 |
|  | **Печенье** | 50 | 40 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |   | 200 | 1,4 | 0 | 30,04 | 145,99 | 0 | 25 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |   | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **Итого за 17 день**  |   |   |   | 76,28 | 61,63 | 276,75 | 1955,35 | 64,62 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |