Меню на 20.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 5 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | **Каша ячневая молочная** | 180,00 | 200,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** |  | 30\5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 22 |  | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| 2-ой завтрак | **Компот из лимонов** | 100,00 | 100,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| Обед | **Салат из свежих огурцов** | 20 | 50,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп картофельный на к/б** | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 5 |
|  | **Куры по-строгановски с макаронами** | 60 110 | 80 130 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из кураги** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 17 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Морковь тертая с сахаром** |  | 60,00 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 57 |
|  | **Чай сладкий** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Вафли** | 20 | 50 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| Ужин | **Сок фруктовый** |  | 200,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Итого за 5 день |  |  |  | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |