Меню на 21.01.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 12 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | **Кулеш пшенный молочный** | 150 | 200 | 10,80 | 13,90 | 42,00 | 331,60 | 0 | 53 |
|  | **Чай с сахаром** | 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 | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** | 100 | 100 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
| Обед | **Салат из капусты** | 40,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Лапша домашняя на курином бульоне** | 180 | 200 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 12 |
|  | **Суфле яичное с мясом кур** | 150 | 160 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **Компот из кураги** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 58 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Молоко кипяченое** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Кофейный напиток с молоком** |  | 200,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Печенье** |  | 30 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| Итого за 12 день |  |  |  | 52,6 | 57,79 | 281,26 | 1878,2 | 134,7 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |