Меню на 22.03.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 15** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Плов с овощами**  | 160,00 | 180,00 | 4,33 | 4,48 | 42,75 | 228,40 | 3,23 | 20 |
|  | **Кофейный напиток**  |  150 | 180 | 3,20 | 3,00 | 22,50 | 129,60 | 1,2 | 90 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 29  | 30 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **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 моркови**  | 40,00 | 40,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп «Здоровье» на к/б** | 180,00 | 200,00 | 16,70 | 8,91 | 19,74 | 229,26 | 22,1 | 3 |
|  | **Рагу из овощей с мясом курицы** | 170 | 180 | 2,90 | 9,52 | 15,39 | 159,75 | 30,672 | 46 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 34,00 | 40,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Сосиска в тесте** | 100 | 110 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Фрукт банан** |  | 95,00 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
| **Итого за 15 день** |   |   |   | 53,35 | 50,05 | 248,73 | 1656,17 | 76,982 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |