Меню на 23.07.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 20 5 | 30 5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100 | 100 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 50,00 | 5,8 | 62 |
| **Обед** | **Икра кабачковая** | 30 | 30 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 178,47 | 16,78 | 9 |
|  | **Щи на к/б со сметаной** | 180/5 | 200/5 | 3,1 | 2,07 | 16,9 | 256,60 | 24,255 | 45 |
|  | **Зразы манные с м/кур с томатным соусом** | 140/20 | 140/20 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Компот из сухофруктов(курага)** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 165,56 | 0 | 70 |
|  | **Вафля** | 50 | 50 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 54,00 | 0 | 88 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** |  | 180 | 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= 1:1:3,7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |