Меню на 23.08.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 20** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша рисовая молочная** | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 26 5 | 30 5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** | 100 | 100 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 75 |
| **Обед** | **Салат из соленых огурцов** | 40,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп на курином бульоне с гречкой** | 180 | 200 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|  | **Запеканка картофельная с мясом кур** | 160 | 170 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 73,33 | 6,4 | 23 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 45 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| **Полдник** | **Пирожок с повидлом** | 60 | 70 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 166 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 20 день** |  |  |  | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |  |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |