Меню на 23.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 6 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | **Каша гречневая рассыпчатая** | 140 | 160 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |  | 24 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 |  | 13,50 | 54,00 |  | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** |  | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 |  | 75 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 22 |  | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| 2-ой завтрак | **Сок фруктовый** | 80,00 | 100,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед | **Салат из соленых огурцов** | 20 | 40,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп с клёцками с мясом кур** | 180,00 | 200,00 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Голубцы ленивые с мясом кур и отварным картофелем** | 150,00 | 160\60 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 44 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Кисломолочный продукт йогурт** | 130,00 | 190,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20,00 | 30,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| Ужин | **Каша геркулесовая молочная** |  | 200,00 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
| Итого за 6 день |  |  |  | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |