Меню на 24.07.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 18** |   |  |  | **Б** | **Ж** | **У** |  |   |   |
| **Завтрак** | **Запеканка творожная с фруктовой подливой** | 100/30 | 100/50 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
|  | **Чай****Хлеб пшеничный с маслом сливочным**  | 15030/5 | 18030/5 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 91 |
| **2-ой завтрак** | **Яблоки** | 80 | 80 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из свеклы с черносливом** | 70 | 80 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Ежики крупяные с говядиной и м/кур в томатном соусе** | 100/50 | 120/50 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 327,38 | 0,81 | 36 |
|  | **Компот из сухофруктов**  | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Какао с молоком** | 150 | 200 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 119,7 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 20 | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша молочная ячневая** |   | 180 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
| **Итого за 18 день** |   |   |  | 59,98 | 73,58 | 273,68 | 2061,9 | 72,3 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |