Меню на 25.03.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 16** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша гречневая рассыпчатая** | 120 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |   | 24 |
|  | **Какао со сгущенным молоком**  | 180 | 200 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30  | 30 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100 | 100 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из капусты** | 50,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Свекольник с м/к со сметаной** | 180/6 | 200/5 | 8,74 | 5,24 | 23,96 | 178,47 | 16,78 | 9 |
|  | **Шницель куриный** | 60 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Гороховое пюре** | 120,00 | 130,00 | 3,41 | 6,33 | 28,09 | 183,13 | 0 | 21 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40,00 | 40,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кисломолочный продукт(йогурт)** | 175,00 | 170,00 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,50 | 1,19 | 84 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 30 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Ужин** | **Каша молочная манная** |   | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
| **Итого за 16 день** |   |   |   | 53,35 | 50,05 | 248,73 | 1656,17 | 76,982 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |