Меню на 25.04.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 19** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша манная молочная** | 200 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Кофейный напиток** | 180,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты апельсин** | 65 | 65 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из свежих огурцов** | 50 | 50 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | 9,24 | 60 |
|  | **Суп на курином бульоне с морской капустой и сметаной** | 200/5 | 200/4 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|  | **Котлета рыбная** | 70,00 | 70,00 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43 |
|  | **Рис отварной** | 130 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 180 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай с лимоном** | 180,00 | 180,00 | 2,60 | 1,80 | 18,80 | 101,70 | 0,4 | 87 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 30 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **Ужин** | **Рожки отварные с маслом и сахаром** |  | 130 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
| **Итого за 19 день** |  |  |  | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |