Меню на 26.04.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 геркулесовая молочная** | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Чай** | 150,00 | 180,00 | 2,60 | 1,80 | 18,80 | 101,70 | 0,4 | 87 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 60 | 60 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из свеклы с черносливом** | 60 | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп гороховый на к/б с гренками** | 180 40 | 200 15 | 5,94 | 4,86 | 23,91 | 163,64 | 16,73 | 9 |
|  | **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** | 22 | 20 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 25 | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **Ужин** | **Молоко кипяченое** |  | 110 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
| **Итого за 20 день** |  |  |  | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |