Меню на 26.06.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | **Сырники из творога** | 150 | 160 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 165,56 | 0 | 70 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из лимонов** | 100 | 100 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  **Обед** | **Салат из соленых огурцов** | 30 | 30 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 178,47 | 16,78 | 9 |
|  | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Ежики крупяные с м/кур в сметанном соусе** | 110/30 | 150/30 | 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** | 38 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Молоко** | 150 | 150 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 27 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 50 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  |   | 200 | 1,4 | 0 | 30,04 | 145,99 | 0 | 25 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |   | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **Итого за 18 день**  |   |   |   | 76,28 | 61,63 | 276,75 | 1955,35 | 64,62 |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |