Меню на 26.09.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 4** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша "Дружба" молочная** | 180,00 | 200,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Кофейный напиток** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 35 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100,00 | 135,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Винегрет** | 60,00 | 100,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп "Здоровье" на курином бульоне**  | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  | **Гуляш из мяса кур с макаронами** | 70\100 | 80\110 | 4,40 | 4,23 | 31,31 | 183,00 | 34,64 | 22 |
|  | **Компот из изюма** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 32 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Рыбные биточки** | 60 | 80 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 31 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Чай сладкий**  | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 200,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 4 день**  |   |   |   | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |