Меню на 27.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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**  | 150 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Кофейный напиток**  | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|   |  **Бутерброд с маслом** |  | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 14,00 |  | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты апельсин** | 40 | 58 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед  | **Салат из моркови с изюмом** | 40,00 | 50,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп на курином бульоне с морской капустой и сметаной** | 180/3 | 200/5 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 19 |
|   | **Котлета рыбная**  | 60,00 | 70,00 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43 |
|  | **Рис отварной** | 100 | 120 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 44 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Крем -брюле** | 150 | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 13,00 | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Каша гречневая с маслом и сахаром** |   | 160 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
| Итого за 19 день |   |   |   | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |