Меню на 27.09.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 5** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная**  | 170,00 | 200,00 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | 0,88 | 49 |
|  | **Чай сладкий**  | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 29 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100,00 | 111,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Салат из зеленного горошка с луком репчатым**  | 40,00 | 50,00 | 1,57 | 5,08 | 3,90 | 67,00 | 3,2 | 60 |
|  | **Суп картофельный на к/б** | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 5 |
|  | **Плов из мяса кур**  | 160 | 180 | 4,40 | 4,23 | 31,31 | 183,00 | 34,64 | 22 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 29 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Морковные котлеты** | 70 | 80 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
|  | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  150,00 | 200,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Вафли** | 36 | 38 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| **Ужин** | **Кофейный напиток**  |  | 200 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 5 день**  |   |   |   | 71,97 | 60,29 | 267,86 | 1907,52 | 45,5 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |