Меню на 28.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 овсяная молочная**  | 150 | 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** |  | 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 | **Сок фруктовый** | 100  | 100 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед  | **Салат из капусты** | 40,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп рыбный**  | 180 | 200 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 19,41 | 12 |
|   | **Бефстроганов из куриного мяса** | 60 | 80 | 15,56 | 18,72 | 4,77 | 258,24 | 0,8 | 42 |
|  | **Картофельное пюре** | 130 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из кураги** | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 40 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | **Какао со сгущ. молоком** | 180 | 200 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Пряник** | 30 | 50 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 54,00 | 0 | 88 |
| Ужин | **Компот из сухофруктов** |  | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб пшеничный**  |  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Итого за 20 день |   |   |   | 53,51 | 45,18 | 222,20 | 1547,3 | 57,082 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |