Меню на 28.06.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 гречневая молочная** | 180 | 200 | 5,00 | 8,20 | 30,30 | 215,00 | 0,22 | 52 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 28 | 20 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Компот из лимонов** | 100 | 100 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед** | **Салат из капусты** | 50 | 60 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 178,47 | 16,78 | 9 |
|  | **Суп вермишелевый на к/б** | 200 | 200 | 3,1 | 2,07 | 16,9 | 256,60 | 24,255 | 45 |
|  | **Запеканка картофельная с мясом кур** | 160 | 160 | 1,05 | 4,84 | 6,05 | 73,33 | 6,4 | 23 |
|  | **Компот из с/ф** | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 82 |
|  | **Хлеб ржаной** | 29 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Сок фруктовый** | 100 |  | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
|  | **Какао с молоком** |  | 180 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 28 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 50 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 125 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 20 день** |  |  |  | 64,11 | 64,22 | 251,62 | 1813,28 | 79,809 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |