Меню на 28.12.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 11 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | **Рожки с маслом и сахаром** | 130 | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** |  | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20 |  | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| 2-ой завтрак | **Кисель из концентрата плодового или ягодного** |  | 100,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
| Обед | **Салат из моркови** |  | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Свекольник на к/б** | 180 | 200 | 3,10 | 2,07 | 16,90 | 117,86 | 9,06 | 16 |
|  | **Бефстроганов из куриного мяса** | 50 | 60 | 15,56 | 18,72 | 4,77 | 258,24 | 0,8 | 42 |
|  | **Каша перловая** | 100 | 130 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 | 0 | 24 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Хлеб ржаной** | 20 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Кофейный напиток с молоком** | 150,00 | 180,00 | 3,60 | 3,60 | 18,69 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Фрукты апельсин** |  | 60,00 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10 | 83 |
| Ужин | **Сок фруктовый** |  | 300 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Итого за 11 день |  |  |  | 52,6 | 57,79 | 281,26 | 1878,2 | 134,7 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |