Меню на 29.01.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День 18 |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| Завтрак | **Лапшевник с творогом с молоч. соусом** | 110/50 | 120/50 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 | 1,95 | 51 |
|   | **Кисель из концентрата плодового или ягодного**  | 150 | 180 | 1,4 | 0 | 30,04 | 120,5 | 5,4 | 91 |
| 2-ой завтрак | **Фрукты яблоко** | 50 | 50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| Обед  | **Салат из капусты** | 40 | 60 | 0,54 | 3,08 | 1,73 | 36,86 | 12,45 | 66 |
|  | **Суп фасолевый с мясом кур** | 180 | 200 | 8,18 | 3,64 | 18,58 | 174,36 | 5,3 | 6 |
|  | **Ежики крупяные с говядиной и м/кур в томатном соусе** | 110/50 | 120/50 | 16,08 | 20,6 | 18,63 | 327,38 | 0,81 | 36 |
|  | **Компот из сухофруктов**  | 150 | 180 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной**  | 21 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| Полдник | **Какао с молоком** | 170 | 200 | 3,6 | 3,6 | 18,69 | 119,7 | 8,7 | 89 |
|  | **Хлеб пшеничный**  | 21 | 30 | 2,64 | 0,92 | 18 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | **Чай с лимоном** |  | 200 | 0,1 | 0 | 13,5 | 119,70 | 8,7 | 89 |
|  | **Бутерброд с маслом** |  | 20 5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| Итого за 18 день |   |   |   | 59,98 | 73,58 | 273,68 | 2061,9 | 72,3 |   |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |