Меню на 29.08.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 4** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша гречневая молочная** | 170,00 | 200,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **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** | **Компот из лимонов** | 100,00 | 100,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
| **Обед** | **Винегрет** | 60,00 | 70,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп "Здоровье" на курином бульоне**  | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  |  **Суфле яичное с рыбой** | 160 | 170 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Компот из кураги** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 27 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 84 |
| **Полдник** | **Какао с молоком** | 150 | 180 | 0,10 |   | 13,50 | 54,00 |   | 88 |
|  | **Печенье** | 49 | 40 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| **Ужин** | **Кисель из концентрата плодово- ягодного** |  | 200,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 20,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **Итого за 4 день**  |   |   |   | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |