Меню на 29.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 7** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Суп молочный с макаронными изделиями** | 180 | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **кофейный напиток** | 150 | 180 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,00 | 2,6 | 95 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты апельсин** | 80 | 80 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из морской капусты с вареным яйцом**  | 50,00 | 60,00 | 1,46 | 3,08 | 4,29 | 50,00 | 5,8 | 62 |
|  | **Рассольник ленинградский со сметаной**  | 180 5 | 200 5 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 | 6,04 | 8 |
|  | **Овощное рагу с мясом кур**  | 170 | 200 | 27,71 | 16,55 | 15,02 | 296,00 | 5,2 | 34 |
|  | **Компот из сухофруктов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Чай**  | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Вафли** | 45 | 45 | 0,64 | 0,56 | 16,02 | 70 | 0 | 80/1 |
| **Ужин** |  **Молоко** |   | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,00 | 2,6 | 95 |
|  | **Хлеб пшеничный** |   | 20,00 | 1,92 | 1,12 | 31,08 | 134,32 | 0 | 81 |
| **Итого за 7 день**  |   |   |   | 72,17 | 68,54 | 262,1 | 1943,7 | 33,742 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |