Меню на 29.11.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
| День10 |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| Завтрак | Омлет натуральный  зеленый горошек | 110,00  30 | 110,00  20 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | Чай с лимоном | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | Бутерброд с маслом | 30 5 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый | 117 | 168 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| Обед | Салат из свеклы | 50,00 | 60,00 | 1,13 | 4,56 | 4,09 | 64,00 | 4,48 | 64 |
|  | Суп картофельный с крупой(гречневой) на к/б | 180 | 200 | 3,96 | 4,68 | 14,29 | 115,30 | 8,43 | 11 |
|  | Биточки куриные  Капуста тушеная | 70  180 | 80  150 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | 0 | 38 |
|  | Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | Хлеб ржаной | 45 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| Полдник | Какао с молоком | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | Вареники ленивые из творога со сгущ молоком | 90,00  39 | 130,00  35 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| Ужин | Кисель ,батон |  | 200  20 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 | 0,5 | 54 |
| Итого за 10 день |  |  |  | 52,83 | 47,69 | 247 | 1604,1 | 56,39 |  |
| Б:Ж:У= 1:1:4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |