Меню на 30.08.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 5** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Каша ячневая молочная** | 18 0,00 | 200,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Кофейный напиток** | 150 | 180 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | 0,6 | 89 |
|  | **Бутерброд с сыром** | 37 5 |  | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
|  | **Хлеб пшеничный** |  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 76 | 76 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Салат из капусты** | 5 0,00 | 60,00 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,80 | 9,24 | 58 |
|  | **Суп картофельный на к/б** | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 5 |
|  | **Куры порционные с макаронами** | 60 110 | 80 110 | 9,44 | 8,55 | 2,11 | 126,00 | 9,39 | 40 |
|  | **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 | 84 |
| **Полдник** | **Морковные котлеты** | 70 |  | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Гренка с сыром** |  | 80 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **Ужин** | **Сок фруктовый** |  | 200,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Итого за 5 день** |  |  |  | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |  |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |