Меню на 30.10.2024

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 8** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
| **Завтрак** | **Сырники творожные со сгущенкой** | 130\35 | 135\40 | 8,10 | 7,50 | 15,12 | 165,56 | 0 | 70 |
|  | **Чай** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 30 | 30 5 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты яблоко** | 129 | 125 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
| **Обед** | **Свежий огурец** | 50 | 60 | 0,35 | 0,00 | 1,40 | 7,00 | 25 | 41 |
|  | **Суп гороховый на к/б** | 180 | 200 | 5,94 | 4,86 | 23,91 | 163,64 | 16,73 | 9 |
|  | **Котлета куриная** | 60 | 70 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
|  | **Картофельное пюре** | 130 | 150 | 24,08 | 13,99 | 26,21 | 326,72 | 29,7 | 37 |
|  | **Компот из лимонов** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 13 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Молоко** | 150,00 | 180,00 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
|  | **Булочка домашняя** | 50 | 60 | 12,02 | 9,51 | 21,80 | 221,40 | 0,072 | 43/1 |
| **Ужин** | **Каша гречневая с маслом и сахаром** |  | 160 | 5,82 | 5,64 | 26,31 | 179,10 |  | 24 |
| **Итого за 8 день** |  |  |  | 81,24 | 59,42 | 249,27 | 1762,5 | 135,9 |  |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |