

Меню на 06.03.23г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 1				Б	Ж	У			
Завтрак	Плов фруктовый с курагой	150	170	9,88	13,49	6,09	184,62	0,32	97
	Какао со сгущен. молоком	150,00	180,00	3,60	3,60	18,6 ₉	119,70	8,7	89
	Бутерброд с маслом	28 5	30 5	2,30	4,36	14,6 ₂	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	105	0,57	0,11	18,3 ₄	77,00	28	82
Обед	Икра кабачковая	40	50	0,32	0,00	1,2 ₀	6,00	4	56
	Щи на курином бульоне со сметаной	180	200	3,10	2,07	16,9 ₀	117,86	9,06	19
	Жаркое по домашнему с мясом кур	170	180	2,90	9,52	15,3 ₉	159,75	30,672	46
	Компот из изюма	150	180	0,48	0,00	23,8 ₀	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40	42	3,04	0,55	15,3 ₆	80,04	0	77
Полдник	Кефир	160,00	180,00	5,00	4,50	27,5 ₀	139,10	2,6	94
	Булочка «Венская»	60	70	12,02	9,51	21,8 ₀	221,40	0,072	43
Ужин	Каша ячневая молчная		180	3,05	5,24	18,0 ₆	142,00	17,95	27
	Чай сладкий булка		170 20	1,4	0	30,0 ₄	120,5	5,4	91
Итого за первый день				64,11	64,22	251,62	1813,28	79,809	

Б:Ж:У=
1:0,9:3,98