

Меню на 10.03.2023г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
День 5				Б	Ж	У			
Завтрак									
	Каша ячневая молочная	150,00	200,00	7,44	8,07	35,28	243,92	0,88	49
	Кофейный напиток	150	180	3,5	2,8	15,7	102,9	0,6	89
	Бутерброд с маслом	30 5	31 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Яблоко	50,00	50,00	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
Обед	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	50,00	65,00	1,57	5,08	3,90	67,00	3,2	60
	Суп рыбный	180,00	200,00	4,97	6,19	21,30	152,84	9	5
	Куры порционные с рисом	70 110	80 120	10,00	8,20	10,80	280,00	21	33
	Компот из сухофруктов(курага)	150,00	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40,00	40,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Вафли	70	70	15,65	2,18	4,17	95,64	0,43	43
	Чай с сахаром	150	180	0,10		13,50	54,00		88
Ужин	Хлеб пшеничный		30	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
	Компот из сухофруктов		180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Капуста с овощами		200	5,85	5,81	19,99	155,00	1	50
Итого за пятый день				57,33	45,65	258,05	1770,75	91,51	