

Меню на 19.06.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
День10				Б	Ж	У			
Завтрак	Рожки запеченные с яйцом вареным	160	160	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	96
	Чай с лимоном	150	180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	30/10/10	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок	170,00	200,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Обед	Салат из морской капусты	60,00	70,00	1,13	4,56	4,09	64,00	4,48	64
	Суп гороховый на курином бульоне с гречками	180 15	200 20	6,45	5,16	21,92	148,87	6,05	10
	Картофельная запеканка с мясом кур	160	170	9,45	5,85	26,88	195,15	0	38
	Компот из сухофруктов(курага)	150	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	24	20	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Хлеб пшеничный	30	30	12,02	9,51	21,80	221,40	0,07 2	43/1
	Ряженка	225	250	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
Ужин	Каша геркулесовая молочная		200	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
	Кофейный напиток		180	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
	Хлеб пшеничный		20,0	0,64	0,56	16,02	70	0	80/1
Итого за десятый день				52,83	47,69	247	1604,1	56,3 9	

Б:Ж:У=
1:1:4