

Меню на 12.07.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
День 8				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	6,64	7,59	28,13	204,00	1,95	51
	Яйцо варен	24	24						
	Чай	150	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	29 5	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Апельсин	88	91	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
	Салат из моркови	60	60	0,35	0,00	1,40	7,00	25	41
Обед	Рассольник на курином б-не со сметаной	180 5	200 6	1,69	4,69	13,68	103,88	6,04	8
	Биточки куриные Капуста тушеная	60 140	70 150	9,62	7,81	7,42	138,00	24,2	39
	Компот из сухофруктов	150	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	49	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Рыба отварная	100	40	3,70	6,50	30,20	194,20	0	73
	Вафли	40							
	Кофейный напиток с молоком	180	200	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
Ужин	Огурец соленый Картофель тушеный с овощами		20 200	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Хлеб ржаной Чай		20 180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Итого за восьмой день				81,2 4	59,4 2	249,2 7	1762,5	135,9	

Б:Ж:У=
1:1:3,8