

Меню на 14.07.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День10				Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный Зеленый горошек	110 60	110 60	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	96
	Чай	150	180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	34/5	30/5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Кисель	100,00	100,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Обед	Свекольник на курином б-не	180	200	6,45	5,16	21,92	148,87	6,05	10
	Плов с мясом кур	160	180	9,45	5,85	26,88	195,15	0	38
	Компот из сухофруктов	150	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	35	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Печенье	30	30	12,02	9,51	21,80	221,40	0,07 2	43/1
	Молоко	225	250	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
Ужин	Сок		100	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
Итого за десятый день				52,83	47,69	247	1604,1	56,3 9	

Б:Ж:У=
1:1:4