Меню на 06.12.2023

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет  | Пищевые вещества(гр.) | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
| **День 8** |   |   |   | Б | Ж | У |   |   |   |
| **Завтрак** | **Каша пшенная молочная**  | 150 | 180 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204,00 | 1,95 | 51 |
|  | **Чай с сахаром** | 150 | 180 | 0,10 | 0,00 | 13,50 | 54,00 | 0 | 88 |
|  | **Бутерброд с сыром** | 30 10 | 30 12 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108,00 | 0 | 75 |
| **2-ой завтрак** | **Фрукты (апельсин)** | 80 | 80 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 47 | 83 |
|  | **Зеленый горошек**  | 20 | 30 | 0,35 | 0,00 | 1,40 | 7,00 | 25 | 41 |
| **Обед** | **Рассольник ленинградский со сметаной**  | 200 5 | 250 5 | 1,69 | 4,69 | 13,68 | 103,88 | 6,04 | 8 |
|  | **Рулет из мяса птицы с яйцом и макаронами** | 60 90 | 70 100 | 9,62 | 7,81 | 7,42 | 138,00 | 24,2 | 39 |
|  | **Компот из изюма** | 150 | 180 | 0,15 | 0,01 | 24,43 | 96,00 | 6,4 | 86 |
|  | **Хлеб ржаной** | 35 | 40 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Манные биточки** | 60 | 60 | 3,70 | 6,50 | 30,20 | 194,20 | 0 | 73 |
|  | **Кисель плодовоягодный** | 150 | 180 | 3,20 | 3,00 | 22,50 | 129,60 | 1,2 | 90 |
| **Ужин** | **Каша гречневая** |   | 100 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 17,95 | 27 |
|   | **Чай** |   | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|   |  |   | 20,00 | 30,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Итого за восьмой день** |   |   |   | 81,24 | 59,42 | 249,27 | 1762,5 | 135,9 |   |
| **Б:Ж:У= 1:1:3,8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |