Меню на 20.11.2024г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **День 8** | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (пшеничная) | 180 | 6,08 | 9,36 | 23,27 | | 202,44 | 0,81 | 43 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,7 | | 136,1 | 0,00 | 1 |
| Яйцо отварное | 20 | 2,10 | 1,90 | 0,10 | | 24,80 | 0,00 | 209 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| **Итого за прием пищи:** | **420** | **10,54** | **18,75** | **48,85** | | **402,04** | **0,81** | **-** |
| Второй завтрак для детей 3-7 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | | 44 | 10,0 | - |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,40** | **0,40** | **9,8** | | **44** | **10,0** | - |
| Салат с морской капустой | 60 | 0,6 | 6,0 | 4,2 | | 73,2 | 28 | 19 |
| Суп с клецками | 180 | 5,82 | 11,52 | 9,28 | | 121,58 | 7,34 | 151 |
| Картофельное пюре | 130 | 2,62 | 3,61 | 21,28 | | 117,31 | 2,57 | 61 |
| Рыба под маринадом | 70 | 4,62 | 5,46 | 3,44 | | 86,56 | 0,41 | 146 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | | 81 | 0,36 | 241 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | | 89,5 | 8 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **670** | **16,73** | **27,19** | **76,32** | | **569,15** | **46,68** | **-** |
| Полдник для детей 3-7 лет | Кукурузный пудинг | 130 | 6,94 | 7,47 | 28,65 | | 200,2 | 0,8 | 34 |
| Сгущенное молоко | 30 | 2,16 | 2,55 | 16,65 | | 98,4 | 0,3 | 490 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| **Итого за прием пищи:** | **340** | **9,1** | **10,02** | **56,08** | | **337,3** | **1,1** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **36,77** | **56,36** | **191,05** | | **1352,49** | **58,59** | **-** |