Меню на 22.11.2024г

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **День 10** |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Суп молочный с вермишелью | 180 | 5,90  | 8,1  | 23,50  | 168,33  | 0,81 | 10 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,38 | 6,55 | 11,82 | 128,48 | 0,17 | 3 |
| Кофейный напиток  | 180 | 1,08  | 1,17  | 11,7  | 81  | 1,05  | 248 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **9,34** | **16,76** | **49,9** | **385,43** | **1,86** | **-** |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 2,0 | 532 |
| **Итого за прием пищи:** | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **46** | **2** | - |
| Обед для детей3-7 лет | Винегрет | 130 | 6,63 | 9,49 | 24,31 | 181,35 | 19,4 | 82 |
| Суп «Харчо» | 180 | 4,47 | 5,57 | 19,17 | 137,55 | 8,1 | 101 |
| Тефтеля мясная | 90 | 6,2 | 4,65 | 31,70 | 82,68 | 0,39 | 111 |
| Соус томатный | 30 | 0,22 | 0,64 | 1,0 | 10,33 | 0,12 | 227 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **660** | **29,39** | **24,67** | **87,55** | **670,82** | **27,86** | **-** |
| Полдник для детей 3-7 лет | Картофель тушеный | 180 | 5 | 3,53 | 9,76 | 151,5 | 5,41 | 153 |
| Огурец порционный  | 30 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 | 0,00 | 70 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **440** | **3,12** | **4,19** | **36,94** | **281,65** | **5,41** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **42,35** | **45,72** | **184,49** | **1383,39** | **37,13** | **-** |