Меню на 25.11.2024г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры | | |
| Б | Ж | У |
| **День 1** | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (пшенная) | 180 | 6,08 | 9,03 | 23,22 | 202,41 | 0,81 | 31 | | |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,38 | 6,55 | 11,82 | 128,48 | 0,17 | 3 | | |
| Какао с молоком | 180 | 1,08 | 1,17 | 11,7 | 81 | 1,05 | 248 | | |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **11,54** | **16,75** | **46,74** | **411,89** | **2,03** | - | | |
| 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 детей  3-7 лет | Суп лапша - домашняя | 180 | 1,59 | 3,64 | 8,54 | 73,62 | 0,36 | 86/118 |
| Картофельное «Азу» | 180 | 19,4 | 11,9 | 30,6 | 192,4 | 10,6 | 637 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,43 | 0,00 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 2,64 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **590** | **24,06** | **16,14** | **73,69** | **423,02** | **11,26** | - |
| Полдник для детей 3-7 лет | Омлет | 100 | 6,11 | 6,28 | 7,25 | 125,00 | 0,13 | 56 |
| Икра кабачковая | 40 | 1,52 | 7,12 | 6,16 | 95,2 | 5,36 | 19 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,2 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,7 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **9,61** | **13,76** | **34,21** | **317,1** | **5,49** | **-** | |
| **Итого за день:** |  | **45,71** | **46,75** | **164,74** | **1198,01** | **20,78** | **-** | |