Меню на 27.11.2024г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | Ж | У |
| **День 3** | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (ячневая) | 180 | 6,28 | 7,23 | 23,31 | 192,6 | 0,6 | 311 | |
| Бутерброд с повидлом | 40 | 2,06 | 6,55 | 12,8 | 119,11 | 0,00 | 1 | |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 38,7 | 0,00 | 263/364 | |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **8,34** | **13,78** | **46,89** | **350,41** | **0,6** | - | |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | 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** | - | |
| Обед для детей  3-7 лет | Салат огуречный | 60 | 1,7 | 9,76 | 8,2 | 13,2 | 6,0 | 49 | |
| Суп гречневый | 180 | 3,73 | 5,43 | 18,70 | 129,6 | 7,02 | 101 | |
| Рожки отварные | 130 | 5,34 | 6,96 | 31,45 | 203 | 5,95 | 195 | |
| Гуляш из говядины | 70 | 8,98 | 7,25 | 2,31 | 110,25 | 0,35 | 277/354 | |
| 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:** | **670** | **22,82** | **30,0** | **98,78** | **626,55** | **19,68** | - | |
| Полдник для детей 3-7 лет | Запеканка творожная | 150 | 17,53 | 12,04 | 17,14 | 512,95 | 0,24 | 237 | |
| 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 | 263/264 | |
| **Итого за прием пищи:** | **360** | **19,69** | **14,59** | **44,57** | **650,05** | **0,54** | - | |
| **Итого за день:** |  | **51,25** | **58,77** | **200,04** | **1671,01** | **30,82** | - |

М