Меню на 29.11.2024г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **День 5** | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная (рисовая) | 180 | 6,27 | 9,36 | 22,5 | | 200,1 | 0,83 | 33 |
| 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** | **11,73** | **17,08** | **46,02** | | **409,58** | **2,05** | **-** |
| 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 | Свекольная икра | 60 | 0,54 | 2,82 | 3,55 | | 41,76 | 3,31 | 151 |
| Суп с мясными фрикадельками | 180 | 5,31 | 4,33 | 11,88 | | 156,27 | 8,6 | 39 |
| Гречка отварная | 130 | 5,06 | 2,55 | 22,8 | | 134,53 | 20 | 243 |
| Печеночная котлета | 70 | 7,19 | 8,75 | 100,0 | | 156,0 | 7,32 | 94 |
| Подлив | 30 | 6,31 | 8,1 | 0,71 | | 63,0 | 0,00 | 228 |
| 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:** | **700** | **27,48** | **27,15** | **177,06** | | **722,06** | **39,59** | - |
| Полдник для детей 3-7 лет | Овощное рагу | 180 | 6 | 4,24 | 11,72 | | 181,8 | 6,5 | 77 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | | 38,7 | 0,00 | 263/364 |
| Хлеб | 20 | 1,05 | 0,24 | 6,68 | | 35,8 | 0,00 | 123 |
| **Итого за прием пищи:** | **380** | **7,05** | **4,48** | **29,18** | | **256,3** | **6,5** | **-** |
| **Итого за день:** |  | **46,66** | **49,11** | **262,06** | | **1431,94** | **58,14** | - |