

Меню на 17.03.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выхо д блю д а 1- 3лет	Выхо д блю д а 3- 7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическ ая ценность (ккал.)	Витами н С	№ рецептур ы
День10				Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный Хлеб ржаной	90 20	110	9,01	12,5 1	2,24	156,25	0,49	96
	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0,10	0,00	15,2 0	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	27 5	30 5	2,30	4,36	14,6 2	108,00	0	75
2-ой завтрак	Компот из сока	100,0 0	100,0 0	1,40	0,00	30,0 4	120,50	5,4	91
Обед	Салат из отварной свеклы с черносливом	50,00	60,00	1,13	4,56	4,09	64,00	4,48	64
	Щи крестьянские со сметаной	180 7	200 10	6,45	5,16	21,9 2	148,87	6,05	10
	Плов с мясом кур	160	180	9,45	5,85	26,8 8	195,15	0	38
	Компот из сухофруктов	150	180	0,48	0,00	23,8 0	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40	40	3,04	0,55	15,3 6	80,04	0	77
Полдник	Сосиска в тесте	90	110	12,0 2	9,51	21,8 0	221,40	0,072	43/1
	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,60	3,60	18,6 9	119,70	8,7	89
Ужин	Какао с молоком		200	0,57	0,11	18,3 4	77,00	28	82
	Вафли		33,0	0,64	0,56	16,0 2	70	0	80/1
Итого за десятый день				52,8 3	47,6 9	247	1604,1	56,39	

Б:Ж:У=
1:1:4