

Меню на 30.03.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
День 19				Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет по крестьянски	80	100	9,88	13,49	6,09	184,62	0,32	97
	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
	Бутерброд с маслом	25 5	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Кисель	100	100	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
Обед	Суп перловый на курином бульоне	200	200	3,10	2,07	16,90	117,86	9,06	19
	Рагу из овощей с мясом курицы	160	180	2,90	9,52	15,39	159,75	30,672	46
	Компот из сухофруктов	150	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	35	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Чай	150,00	180,00	5,00	4,50	27,50	139,10	2,6	94
	Котлета рыбная	60,00	85,00	12,02	9,51	21,80	221,40	0,072	43
Ужин	Гречка с маслом и сахаром		130	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Молоко кипяченое		150	1,4	0	30,04	120,5	5,4	91
Итого за девятнадцатый день				64,11	64,22	251,62	1813,28	79,809	

Б:Ж:У=
1:0,9:3,98