

Меню на 07.04.2023

| Приём пищи          | Наименование блюда            | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) |       |        | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры |
|---------------------|-------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------|-------|--------|---------------------------------|-----------|-------------|
| День 5              |                               |                    |                    | Б                     | Ж     | У      |                                 |           |             |
| Завтрак             |                               |                    |                    |                       |       |        |                                 |           |             |
|                     | Каша ячневая молочная         | 150,00             | 200,00             | 7,44                  | 8,07  | 35,28  | 243,92                          | 0,88      | 49          |
|                     | Кофейный напиток              | 150                | 180                | 3,5                   | 2,8   | 15,7   | 102,9                           | 0,6       | 89          |
|                     | Бутерброд с маслом            | 30 5               | 30 5               | 2,30                  | 4,36  | 14,62  | 108,00                          | 0         | 75          |
| 2-ой завтрак        | Сок                           | 100,00             | 100,00             | 0,57                  | 0,11  | 18,34  | 77,00                           | 28        | 82          |
| Обед                | Суп рыбный                    | 180,00             | 200,00             | 4,97                  | 6,19  | 21,30  | 152,84                          | 9         | 5           |
|                     | Куры порционные с рисом       | 60<br>110          | 65<br>120          | 10,00                 | 8,20  | 10,80  | 280,00                          | 21        | 33          |
|                     | Компот из сухофруктов(курага) | 150,00             | 180,00             | 0,48                  | 0,00  | 23,80  | 90,00                           | 0,4       | 85          |
|                     | Хлеб ржаной                   | 40,00              | 50,00              | 3,04                  | 0,55  | 15,36  | 80,04                           | 0         | 77          |
| Полдник             | Хлеб пшеничный с повидлом     | 30 15              | 30 20              | 15,65                 | 2,18  | 4,17   | 95,64                           | 0,43      | 43          |
|                     | Чай с сахаром                 | 150                | 180                | 0,10                  |       | 13,50  | 54,00                           |           | 88          |
| Ужин                | Сырники из творога            |                    | 130                | 2,64                  | 0,92  | 18,00  | 92,21                           | 0         | 76          |
|                     | Кофейный напиток              |                    | 180                | 5,85                  | 5,81  | 19,99  | 155                             | 1         | 50          |
|                     | Хлеб пшеничный                |                    | 30                 | 0,10                  | 0,00  | 15,20  | 61,00                           | 2,8       | 92          |
| Итого за пятый день |                               |                    |                    | 57,33                 | 45,65 | 258,05 | #####                           | 91,51     |             |

Б:Ж:У =  
1:0,9:3,9