

Меню на 14.04.2023

| Приём пищи                  | Наименование блюда                      | Выход<br>д<br>блюда<br>1-<br>3лет | Выход<br>д<br>блюда<br>3-<br>7лет | Пищевые<br>вещества(гр.) |           |           | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | Витамины С | №<br>рецептур<br>ы |
|-----------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|-----------|-----------|---------------------------------------|------------|--------------------|
| День10                      |                                         |                                   |                                   | Б                        | Ж         | У         |                                       |            |                    |
| Завтрак                     | Икра кабачковая<br>Омлет<br>Хлеб ржаной | 40<br>90 20                       | 110                               | 9,01                     | 12,5<br>1 | 2,24      | 156,25                                | 0,49       | 96                 |
|                             | Чай с сахаром                           | 180                               | 180                               | 0,10                     | 0,00      | 15,2<br>0 | 61,00                                 | 2,8        | 92                 |
|                             | Бутерброд с маслом                      | 30 5                              | 38 5                              | 2,30                     | 4,36      | 14,6<br>2 | 108,00                                | 0          | 75                 |
| 2-ой<br>завтрак             | Кисель                                  | 100,0<br>0                        | 100,0<br>0                        | 1,40                     | 0,00      | 30,0<br>4 | 120,50                                | 5,4        | 91                 |
| Обед                        | Салат осенний                           | 50,00                             | 60,00                             | 1,13                     | 4,56      | 4,09      | 64,00                                 | 4,48       | 64                 |
|                             | Щи на курином<br>бульоне со сметаной    | 180<br>4                          | 200 3                             | 6,45                     | 5,16      | 21,9<br>2 | 148,87                                | 6,05       | 10                 |
|                             | Плов с мясом кур                        | 150                               | 170                               | 9,45                     | 5,85      | 26,8<br>8 | 195,15                                | 0          | 38                 |
|                             | Компот из<br>сухофруктов(чернос<br>лив) | 150                               | 180                               | 0,48                     | 0,00      | 23,8<br>0 | 90,00                                 | 0,4        | 85                 |
|                             | Хлеб ржаной                             | 45                                | 40                                | 3,04                     | 0,55      | 15,3<br>6 | 80,04                                 | 0          | 77                 |
| Полдник                     | Сосиска в тесте                         | 100                               | 110                               | 12,0<br>2                | 9,51      | 21,8<br>0 | 221,40                                | 0,072      | 43/1               |
|                             | Кофейный напиток с<br>молоком           | 150                               | 180                               | 3,60                     | 3,60      | 18,6<br>9 | 119,70                                | 8,7        | 89                 |
| Ужин                        | Сок                                     |                                   | 250                               | 0,57                     | 0,11      | 18,3<br>4 | 77,00                                 | 28         | 82                 |
|                             | Печенье                                 |                                   | 50,0                              | 0,64                     | 0,56      | 16,0<br>2 | 70                                    | 0          | 80/1               |
| Итого за<br>десятый<br>день |                                         |                                   |                                   | 52,8<br>3                | 47,6<br>9 | 247       | 1604,1                                | 56,39      |                    |

Б:Ж:У=  
1:1:4