

Меню на 21.06.2023

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецепту ры
				Б	Ж	У			
День 13				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	200	7,26	9,48	23,49	206,79	1,35	47
	Чай с молоком	150,00	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	33 5	30 5	2,30	4,36	14,62	ю	0	75
2-ой завтрак	Сок	120	192	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Салат из моркови	50,00	70,00	0,66	6,06	6,36	82,80	9,24	58
	Суп манный с гречками на курином бульоне	180/20	200/20	14,25	14,56	10,94	229,05	2,838	13
	Капуста тушеная с мясом кур	180	200	10,90	13,30	2,70	174,00	0,5	41
	Компот из сухофруктов и кураги	150	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	23	20	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Молоко	200,00	200,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	Пряники	60,00	70,00	6,18	10,15	35,55	275,01	0,8	72
Ужин	Картофельное пюре		150	10,00	8,20	10,80	280,00	21	33
	Кофейный напиток с молоком		180	2,90	2,40	14,30	71,10	1,2	89/1
Итого за тринадцатый день				77,64	74,36	215,95	#####	95,5	

Б:Ж:У=  
1:0,9:3,5