

Меню на 20.07.2023г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3лет	Выход блюда 3-7лет	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 14				Б	Ж	У			
Завтрак	Вермишель молочная	160	200	7,44	8,07	35,28	243,92	0,88	49
	Кофейный напиток	150,00	180,00	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
	Бутерброд с маслом	31 5	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок	111	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10	83
	Салат из свеклы с черносливом	50	60	0,35	0,00	1,40	7,00	25	67
Обед		180 17	200 10	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	14
	Гуляш из мяса кур	75	85	15,56	18,72	4,77	258,24	0,8	42
	Каша гречневая рассыпчатая	110	120	5,82	5,64	26,31	179,10	0	24
	Компот из лимонов	150	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	36	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Суфле рыбное	90,00	100,00	2,90	2,40	14,30	71,10	1,2	89/1
	Чай	150	180	6,45	4,53	19,64	146,16	0,11	79
	Хлеб пшеничный	32	30	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Ужин	Каша ячневая молочная		200	24,08	13,99	26,21	326,72	29,7	37
	Кисель Хлеб пшеничный		180 20,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Итого за четырнадцатый день				83,02	72,38	171,63	2063,5	89,9	
Б:Ж:У= 1:0,9:4									