|  |
| --- |
| **Меню Детский Сад: 2 неделя 7 день** |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | Калорииккал | Витамины (мг) | Минеральные вещества |
|  | **ЗАВТРАК** |  | Б | Ж | У | В1 | В2 | С | А | Са | Р | Mg | Fe |
| 227/138 | Каша манная молочная | 200 | 6,08 | 7,07 | 31,22 | 312,90 | 0,09 | 0,18 | 0,95 | 20,0 | 144,59 | 128,45 | 21,52 | 0,46 |
| 462/18 | Какао с молоком | 200 | 3,29 | 2,80 | 14,91 | 98,00 | 0,04 | 0,15 | 0,90 | - | 128,86 | 108,10 | 23,50 | 0,57 |
| 111/13 | Хлеб пшеничный | 40 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | - | - | - | - | 0,40 | - | 0,28 | 0,02 |
| 79/18 | Масло сливочное | 7 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,39 | - | 0,01 | - | 20 | 120 | 1,50 | - | 0,01 |
| 2ой завтрак | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 0,03 | 0,02 | 10 |  | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 2,20 |
|  | **Итого по подменю** |  | 10,92 | 14,16 | 56,01 | 395,17 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2/18 | Салат витаминный с р/м | 60 | 0,82 | 3,10 | 4,0 | 47,19 | 0,02 | 0,03 | 15,89 | - | 21,66 | 20,15 | 12,42 | 0,63 |
|  | Суп картофельный с фасолью | 200 | 2,29 | 2,37 | 16,69 | 97,25 | 0,09 | 0,05 | 13,9 | - | 17,99 | 51,93 | 19,52 | 0,83 |
|  | Плов из птицы | 250 | 23,43 | 19,32 | 39,95 | 427,40 | 0,12 | 0,14 | 3,83 | 28,8 | 25,92 | 205,46 | 44,85 | 1,67 |
| 495/18 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,41 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | - | 0,01 | 0,40 | - | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 111/13 | Хлеб пшеничный | 50 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | - | - | - | - | 0,40 | - | 0,28 | 0,02 |
|  | **Итого по подменю** |  | 10,34 | 12,33 | 78,75 | 477,38 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 410 | Ватрушки с творогом | 70 | 10,14 | 10,69 | 4,47 | 153,59 | 0,06 | 0,25 | - | 0,18 | 40,16 | 139,60 | 10,47 | 1,6 |
| 470/18 | Кисломолочный напиток | 200 | 9,50 | 6,08 | 16,15 | 157,32 | 0,06 | 0,29 | 1,14 | 19,0 | 235,6 | 180,50 | 28,5 | 0,19 |
|  | **Итого по подменю** |  | 19,64 | 16,77 | 20,62 | 310,91 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого за день** |  | 40,9 | 43,26 | 155,38 | 1183,46 |  |  |  |  |  |  |  |  |