

Категория: Дети 3-7 лет 27.10.2022г.



И.О. Рубцова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 4</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	2а
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7а
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88	8а
ОБЕД	Лапша домашняя	250	7,67	3,85	45,23	249,55	20,75	11а
ОБЕД	Бигус с мясом	230	5,38	9,61	15,25	172,71	117,254	34а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный	250	10,18	3,33	22,87	162,47	20,5	6а
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Булка дорожная	60	8,23	8,57	48,47	307,87	0,558	19а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,5</b>	<b>47,6</b>	<b>315,82</b>	<b>1917,56</b>	<b>298,143</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>59,5</b>	<b>47,6</b>	<b>315,82</b>	<b>1917,56</b>	<b>298,143</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>59,5</b>	<b>47,6</b>	<b>315,82</b>	<b>1917,56</b>	<b>298,143</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>3,1</b>	<b>2,48</b>	<b>16,47</b>	<b>1917,56</b>	<b>15,55</b>	