

Категория: Дети 1-3 лет 27.10.2022г.



*И.О. Редущенко*  
*Туровская А.А.*

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"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	36	2,11	2,63	17,09	94,5	0,155	14
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82		0 2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49		0 1 7a
ОБЕД	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19		2,4 8a
ОБЕД	Лапша домашняя	150	4,6	2,31	27,14	149,73		12,45 11a
ОБЕД	Бигус с мясом	180	4,21	7,52	11,93	135,16		91,764 34a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72		0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2		0 343
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38		0 5a
УПЛОТНЁН	Суп рыбный	150	6,11	2,	13,72	97,48		12,3 6a
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31		3,06 9a
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72		0 342
УПЛОТНЁН	Булка дорожная	50	6,86	7,14	40,4	256,56		0,465 19a
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>40,63</b>	<b>35,19</b>	<b>222,58</b>	<b>1363,98</b>		<b>253,954</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>40,63</b>	<b>35,19</b>	<b>222,58</b>	<b>1363,98</b>		<b>253,954</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>40,63</b>	<b>35,19</b>	<b>222,58</b>	<b>1363,98</b>		<b>253,954</b>
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>2,98</b>	<b>2,58</b>	<b>16,32</b>	<b>1363,98</b>		<b>18,62</b>