

Категория: Дети 3-7 лет 25.10.2022г.



*Дубовская Д.А.*

*И.О. Яковлева*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	У			
<b>День 2</b>									
ЗАВТРАК	Каша молочная перловая	200	7,2	7,12	29,62	209,52	0,8	11	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16	
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	Свекла с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,102	11а	
ОБЕД	Суп с фрикадельками	250	4,77	3,	28,05	156,2	20,5	16а	
ОБЕД	Бефстроганов из печени	100	20,63	11,15	15,75	247,52	36,99	41	
ОБЕД	Рожки отварные	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	43	
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	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16	
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная Ясли/Сад	110	4,81	3,05	24,84	151,02	0	13а	
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а	
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	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>78,24</b>	<b>59,58</b>	<b>340,9</b>	<b>2190,99</b>	<b>212,321</b>		
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>78,24</b>	<b>59,58</b>	<b>340,9</b>	<b>2190,99</b>	<b>212,321</b>		
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>78,24</b>	<b>59,58</b>	<b>340,9</b>	<b>2190,99</b>	<b>212,321</b>		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>3,57</b>	<b>2,72</b>	<b>15,56</b>	<b>2190,99</b>	<b>9,69</b>		