

Категория: Дети 3-7 лет 26.10.2022г.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а
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 свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75	14а
ОБЕД	Борщ	250	6,08	4,47	28,25	177,67	45,525	1а
ОБЕД	Ёжики мясные	200	3,58	9,78	17,54	172,9	0,12	60а
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а
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
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром	150	11,52	11,51	34,89	290,31	0,18	8а
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40 Ясли	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	08
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоки 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8	7а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			45,56	49,33	255,77	1642,72	232,738	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			45,56	49,33	255,77	1642,72	232,738	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			45,56	49,33	255,77	1642,72	232,738	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,77	3,	15,57	1642,72	14,17	