Категория: Дети 3-7 лет 08.11.2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 11								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8	10а
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Бульон с гренками и яйцом	250	4,55	4,4	12,2	104,85	0,75	4а
ОБЕД	Пельмени	230	6,49	6,26	36,5	232,09	0,506	45а
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15а
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
УПЛОТНЁНН	Капуста тушеная	150	4,23	6,3	12,3	125,71	93	15а
УПЛОТНЁНН	Булка с глазурью	60	10,61	14,61	53,6	393,7	0,762	5а
УПЛОТНЁНН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЁНН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЁНН	Бананы Ясли/Сад	80	1,2	0,4	16,8	76,8	8	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1921**	**55,86**	**53,37**	**303,91**	**1916,02**	**117,667**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1921**	**55,86**	**53,37**	**303,91**	**1916,02**	**117,667**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1921**	**55,86**	**53,37**	**303,91**	**1916,02**	**117,667**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**2,92**	**2,79**	**15,86**	**1916,02**	**6,14**	