

Категория: Дети 1-3 лет 07.11.2022г.



И.О. Яковлева И.О. Яковлева И.О.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,61a	
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,38a	
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0,2a	
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0,1a	
ОБЕД	Лук	2	0,03	0,	0,16	0,82	0,2a	
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0,	0,3	1,49	0,17a	
ОБЕД	Огурчик соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,54a	
ОБЕД	Суп овощной	150	3,27	2,14	14,67	92,02	32,37 19a	
ОБЕД	Плов с томатами	180	4,19	8,86	31,97	225,27	3,726 1a	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0,5a	
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	
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	38,31	14,585 21a	
УПЛОТНЕНИЕ	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54 69	
УПЛОТНЕНИЕ	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154 2a	
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06 9a	
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342	
УПЛОТНЕНИЕ	Яблоко 80 Ясли/Сад	80	0,32	0,32	7,84	37,6	8 7a	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,41	37,82	208,09	1290,99	93,935	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			31,41	37,82	208,09	1290,99	93,935	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			31,41	37,82	208,09	1290,99	93,935	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,43	2,93	16,12	1290,99	7,28	