

Категория: Дети 3-7 лет 01.11.2022г.



И.О. Рабе-Дурманова
Лубовская И

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8	0,8 9a
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	0,4 8a
ЗАВТРАК	Булгурод с сыровой массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	0 7a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002	3a
ОБЕД	Свекольник	250	7,9	5,95	29,77	204,83	33,85	10a
ОБЕД	Оладьи из пчени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,41	17a
ОБЕД	Рожки отварные	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0	0 43
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	0 343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	2,3	1,68	18,77	103,65	38,997	20a
УПЛОТНЕНИЕ	Манные биточки с джемом	120	9,77	16,44	69,19	459,29	1,344	16a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	0 342
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			79,12	61,12	351,57	2258,32	255,95	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			79,12	61,12	351,57	2258,32	255,95	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			79,12	61,12	351,57	2258,32	255,95	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,5	2,71	15,57	2258,32	11,33	