

Категория: Дети 3-7 лет 02.11.2022г.



И.О. Лебедева  
Директор ИА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 8</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
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	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	Помидоры свежие кусочком	60	0,42	0,14	2,94	13,93	17,502	5а
ОБЕД	Суп "Харчо"	250	4,65	3,77	27,63	163,5	23,4	8а
ОБЕД	Рыба в кляре	80	3,42	9,22	12,38	146,87	0,288	11а
ОБЕД	Картофельное пюре	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2	4а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
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	Морковь с сахаром	100	1,56	5,11	16,26	118,87	6	42
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с яблоками	120	7,4	7,43	50,6	303,92	6,3	61
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	Печенье	40	3,	4,72	29,96	166,84	0	1а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51,27</b>	<b>53,02</b>	<b>345,34</b>	<b>2044,87</b>	<b>225,306</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>51,27</b>	<b>53,02</b>	<b>345,34</b>	<b>2044,87</b>	<b>225,306</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>51,27</b>	<b>53,02</b>	<b>345,34</b>	<b>2044,87</b>	<b>225,306</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>2,51</b>	<b>2,59</b>	<b>16,89</b>	<b>2044,87</b>	<b>11,02</b>	