

Категория: Дети 3-7 лет 31.10.2022г.

*И.О. Ведрунова*  
*Суриковская КД*



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	1a
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0	3a
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	2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2	7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты и зеленого горошка 80/100	100	3,06	6,15	7,32	98,2	54,5	32a
ОБЕД	Суп с клёцками	250	5,67	3,68	31,75	184,58	20,875	14a
ОБЕД	Котлета мясная	80	1,64	6,71	5,98	88,9	0,096	6a
ОБЕД	Гороховое пюре	120	16,5	5,9	39,72	278,03	0	6a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5a
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
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1a
УПЛОТНЁН	Картофель отварной	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5a
УПЛОТНЁН	Салат из морской капусты	60	1,39	3,16	3,41	51,67	5,502	17a
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9a
УПЛОТНЁН	Мандарины Ясли/Сад	80	0,64	0,16	6,	30,4	30,4	2a
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>60,49</b>	<b>50,62</b>	<b>299,3</b>	<b>1880,38</b>	<b>283,798</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>60,49</b>	<b>50,62</b>	<b>299,3</b>	<b>1880,38</b>	<b>283,798</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>60,49</b>	<b>50,62</b>	<b>299,3</b>	<b>1880,38</b>	<b>283,798</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>3,22</b>	<b>2,69</b>	<b>15,92</b>	<b>1880,38</b>	<b>15,09</b>	