

Категория: Дети 1-3 лет 09.11.2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6 5a	
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66 10a	
ЗАВТРАК	Бургерборд с сырной массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043 17	
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	0,1 7a	
ОБЕД	Морковь с чесноком	50	0,98	1,74	5,1	40,81	3,5 13a	
ОБЕД	Суп вермишелевый	150	3,04	1,67	20,97	111,25	12,3 18a	
ОБЕД	Голубцы ленивые	160	5,39	8,88	20,5	185,2	64,96 63	
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154 2a	
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	
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0 5a	
УПЛОТНЁН	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 16	
УПЛОТНЁН	Гречка отварная	100	5,33	3,04	27,59	164,65	0 13a	
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06 9a	
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0 342	
УПЛОТНЁН	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335 8a	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			44,77	46,68	229,06	1504,95	87,012	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			44,77	46,68	229,06	1504,95	87,012	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			44,77	46,68	229,06	1504,95	87,012	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,97	3,1	15,22	1504,95	5,78	



И.О. Рубцова
Туровская АА