09.11.2022г.

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8	5а
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	17
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Морковь с чесноком	60	1,17	2,09	6,12	48,97	4,2	13а
ОБЕД	Суп вермишелевый	250	5,07	2,78	34,95	185,42	20,5	18а
ОБЕД	Голубцы ленивые	200	6,74	11,1	25,62	231,5	81,2	63
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231	2а
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	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0	5а
УПЛОТНЁНН	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЁНН	Гречка отварная	120	6,4	3,65	33,11	197,58	0	13а
УПЛОТНЁНН	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08	9а
УПЛОТНЁНН	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	342
УПЛОТНЁНН	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1911**	**61,1**	**60,68**	**1 313,**	**2023,97**	**113,86**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1911**	**61,1**	**60,68**	**1 313,**	**2023,97**	**113,86**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1911**	**61,1**	**60,68**	**1 313,**	**2023,97**	**113,86**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**3,02**	**3,**	**15,46**	**2023,97**	**5,63**	