

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 11								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5а
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2а
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7а
ОБЕД	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5а
ОБЕД	Свекольник	150	4,74	3,57	17,86	122,9	20,31	10а
ОБЕД	Котлета мясная	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072	3а
ОБЕД	Рожки отварные	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	11
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	13
УПЛОТНЁН	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а
УПЛОТНЁН	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	09
УПЛОТНЁН	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЁН	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35а
УПЛОТНЁН	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
УПЛОТНЁН	Конфеты 30	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1509	39,87	49,08	211,78	1441,43	293,218	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1509	39,87	49,08	211,78	1441,43	293,218	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1509	39,87	49,08	211,78	1441,43	293,218	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности								
			2,77	3,4	14,69	1441,43	20,34	