

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
15.10.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	8а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
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	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4а
ОБЕД	Манты	180	5,08	4,9	28,57	181,64	0,396	24а
ОБЕД	Компот из кураги	150	1,17	0,08	22,71	97,08	0,9	35
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
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	4,585	17а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Картофель отварной	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	09
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Яблоки	200	0,8	0,8	19,6	94	20	1а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			32,32	30,4	207,4	1232,38	216,419	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			32,32	30,4	207,4	1232,38	216,419	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			32,32	30,4	207,4	1232,38	216,419	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,62	2,47	16,83	1232,38	17,56	