

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
18.10.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1а
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3а
ЗАВТРАК	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	136,84	0,24	4а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
ОБЕД	Салат "Лечо" с зеленым горошком	50	0,69	2,53	1,38	31,06	3,125	6а
ОБЕД	Лепешка домашняя	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11а
ОБЕД	Домашнее жаркое	180	4,39	6,03	34,16	209,66	41,472	28
ОБЕД	Компот вишнёвый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18а
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	Суп рыбный	150	6,11	2,	13,72	97,48	12,3	6а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Булочка дорожная	50	6,86	7,14	40,4	256,56	0,465	19а
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1516	43,5	36,69	264,78	1550,55	206,107	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1516	43,5	36,69	264,78	1550,55	206,107	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1516	43,5	36,69	264,78	1550,55	206,107	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,81	2,37	17,08	1550,55	13,29	