

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>19.10.2021г.</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	6а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2а
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	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585	11а
ОБЕД	Суп овощной	150	3,27	2,14	14,67	92,02	32,37	19а
ОБЕД	Бифштекс с сыром	60	5,42	10,17	5,38	133,87	0,27	47а
ОБЕД	Гороховое пюре	100	13,75	4,92	33,1	231,69	0	6а
ОБЕД	Подлива томатная с овощами	20	1,48	2,93	4,82	51,81	2,212	3а
ОБЕД	Кисель	150	0,	0,	14,66	58,78	0	15а
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	Овощи тушеные	120	7,12	9,44	26,24	221,03	44,844	42а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	5а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	09
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Яблоки	200	0,8	0,8	19,6	94	20	1а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>48,57</b>	<b>43,44</b>	<b>254,48</b>	<b>1604,66</b>	<b>241,371</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>48,57</b>	<b>43,44</b>	<b>254,48</b>	<b>1604,66</b>	<b>241,371</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>48,57</b>	<b>43,44</b>	<b>254,48</b>	<b>1604,66</b>	<b>241,371</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>3,03</b>	<b>2,71</b>	<b>15,86</b>	<b>1604,66</b>	<b>15,04</b>	