

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	У			
22.10.2021г.									
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	200	7,38	7,16	29,26	209,04	0,8	9а	
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	5,08	5,06	12,88	115,5	0,92	10а	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и джемом	56	3,29	4,09	26,58	147	0,241	14	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а	
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	Салат из свежей капусты и помидор	60	1,91	3,19	6,8	64,04	49,002	23а	
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом	250	4,55	4,4	12,2	104,85	0,75	4а	
ОБЕД	Позы	230	6,67	6,44	36,52	234,51	0,506	12а	
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5	18а	
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0	11	
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0	13	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352	1а	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Рожки с сыром	150	11,52	11,51	34,89	290,31	0,18	8а	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402	8а	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12	9а	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0	09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1901	53,53	60,25	298,21	1950,51	193,973		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1901	53,53	60,25	298,21	1950,51	193,973		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1901	59,58	60,25	298,21	1950,51	193,973		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			3,05	3,09	15,29	1950,51	9,94		