

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			25.10.2021г.					
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1а
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	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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 "Лечо" с зеленым горошком	50	0,69	2,53	1,38	31,06	3,125	6а
ОБЕД	Суп "Питерский"	150	2,82	3,46	17,88	112,5	17,1	21
ОБЕД	Рыба в кляре	60	2,57	6,92	9,29	110,15	0,216	11а
ОБЕД	Картофельное пюре	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4а
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
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	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка мясная с рисом	120	4,97	7,42	27,	195	0,18	44а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	09
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Конфеты 30	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1399	35,12	52,68	219,33	1478,64	57,411	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1399	35,12	52,68	219,33	1478,64	57,411	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1399	35,12	52,68	219,33	1478,64	57,411	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,38	3,56	14,83	1478,64	3,88	