

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
26.10.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	5а
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а
ОБЕД	Суп овощной	150	3,27	2,14	14,67	92,02	32,37	19а
ОБЕД	Тефтели мясные	160	2,56	7,71	11,54	126,21	0,096	2а
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2а
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
ОБЕД	Компот из кураги	150	1,17	0,08	22,71	97,08	0,9	35
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Капуста тушеная	120	3,38	5,04	9,84	100,57	74,4	15а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865	23а
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	Бананы	200	3,	1,	42,	192	20	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			40,78	39,72	251,81	1523,09	139,143	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			40,78	39,72	251,81	1523,09	139,143	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			40,78	39,72	251,81	1523,09	139,143	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,68	2,61	16,53	1523,09	9,14	