

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
27.10.2021г.								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8	7а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067	16
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	4а
ОБЕД	Суп "Крестьянский"	250	3,17	2,52	22,87	127,27	20,5	2а
ОБЕД	Мясная за жарка	80	2,39	6,2	8,56	100,06	3,328	14а
ОБЕД	Картофель отварной	120	3,61	4,4	28,63	168,96	33,996	5а
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Гречка отварная	120	6,4	3,65	33,11	197,58	0	13а
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
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			54,57	51,7	306,2	1903,17	192,613	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			54,57	51,7	306,2	1903,17	192,613	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			54,57	51,7	306,2	1903,17	192,613	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,87	2,72	16,09	1903,17	10,12	