

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
29.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	150	6,51	6,02	30,26	199,82	0,6	3а
ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,25	2,19	6,75	56,88	0,3	2а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
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	Помидоры свежие кусочком	50	0,35	0,12	2,45	11,61	14,585	5а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4а
ОБЕД	Колдуны	180	5,08	4,9	28,57	181,64	0,396	48а
ОБЕД	Компот из кураги	150	1,17	0,08	22,71	97,08	0,9	35
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 свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54	69
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	1,2	11,85	15,57	169,83	0	3а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1389	37,24	48,96	220,29	1459,42	79,783	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1389	37,24	48,96	220,29	1459,42	79,783	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1389	37,24	48,96	220,29	1459,42	79,783	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,55	3,35	15,09	1459,42	5,47	