

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>01.11.2021г.</b>								
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8	1а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0	2а
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 зеленого горошка	60	3,11	2,14	5,63	54,26	15	16а
ОБЕД	Лапша домашняя	250	7,67	3,85	45,23	249,55	20,75	11а
ОБЕД	"Азу"	230	6,97	4,3	50,26	269,03	62,606	33а
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0	15а
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	Суп рыбный	250	10,18	3,33	22,87	162,47	20,5	6а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Блины с джемом	80	6,56	7,47	56,14	316,64	1,16	2а
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	Конфеты	30	1,2	11,85	15,57	169,83	0	3а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,09</b>	<b>48,56</b>	<b>357,14</b>	<b>2084,04</b>	<b>255,536</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>59,09</b>	<b>48,56</b>	<b>357,14</b>	<b>2084,04</b>	<b>255,536</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>59,09</b>	<b>48,56</b>	<b>357,14</b>	<b>2084,04</b>	<b>255,536</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			<b>2,84</b>	<b>2,33</b>	<b>17,14</b>	<b>2084,04</b>	<b>12,26</b>	