

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
01.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	1а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2а
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13а
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 из зеленого горошка	50	2,6	1,78	4,7	45,22	12,5	16а
ОБЕД	Лепша домашняя	150	4,6	2,31	27,14	149,73	12,45	11а
ОБЕД	"Азу"	180	5,45	3,37	39,33	210,55	48,996	33а
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	Суп рыбный	150	6,11	2,	13,72	97,48	12,3	6а
уплотнённый полдник	Блины с джемом	60	4,92	5,6	42,11	237,48	0,87	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:		1419	39,82	37,52	253,32	1498,84	221,206	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1419	39,82	37,52	253,32	1498,84	221,206	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1419	39,82	37,52	253,32	1498,84	221,206	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,66	2,5	16,9	1498,84	14,76	