

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
02.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	8а
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10а
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
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	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585	11а
ОБЕД	Щи	150	3,16	2,14	14,9	92,31	35,49	7а
ОБЕД	Плов с томатами	180	4,19	8,86	31,97	225,27	3,726	1а
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 сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Вареники с капустой	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,96	40а
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:			37,23	38,78	247,18	1482,02	237,234	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			37,23	38,78	247,18	1482,02	237,234	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			37,23	38,78	247,18	1482,02	237,234	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,51	2,62	16,68	1482,02	16,01	