

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
08.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4	2а
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 "Лечо" с зеленым горошком	60	0,82	3,04	1,66	37,27	3,75	6а
ОБЕД	Суп "Питерский"	250	4,7	5,77	29,8	187,5	28,5	21
ОБЕД	Ежики мясные	200	3,58	9,78	17,54	172,9	0,12	60а
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469	1а
ОБЕД	Компот из кураги	200	1,56	0,1	30,28	129,44	1,2	35
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/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Бабушкин суп	250	7,5	3,35	48,75	258,68	25	9а
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	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	5а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2011	44,58	41,07	314,83	1794,85	197,459	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2011	44,58	41,07	314,83	1794,85	197,459	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2011	44,58	41,07	314,83	1794,85	197,459	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,48	2,29	17,54	1794,85	11	