

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
11.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	149,38	0,6	7а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а
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	Салат из свежих огурцов и помидор	50	0,64	2,63	3,13	38,31	14,585	21а
ОБЕД	Суп "Крестьянский"	150	1,9	1,51	13,72	76,36	12,3	2а
ОБЕД	Рыба в кларе	60	2,57	6,92	9,29	110,15	0,216	11а
ОБЕД	Картофельное пюре	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4а
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
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	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Гречка отварная	100	5,33	3,04	27,59	164,65	0	13а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Пирожное "Картошка"	50	10,99	18,08	46,13	384,46	0,665	11а
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:			48,94	54,01	285,61	1815,81	213,345	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			48,94	54,01	285,61	1815,81	213,345	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			48,94	54,01	285,61	1815,81	213,345	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,7	2,97	15,73	1815,81	11,75	