

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>12.11.2021г.</b>								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	150	5,07	5,61	21,36	154,89	0,6	6а
ЗАВТРАК	Чай с молоком	150	3,81	3,79	9,66	86,62	0,69	10а
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 свежей капусты, огурцов и помидор	50	1,68	2,62	4,95	50,92	34,585	24а
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4а
ОБЕД	Позы	180	5,22	5,04	28,58	183,53	0,396	12а
ОБЕД	Компот из кураги	150	1,17	0,08	22,71	97,08	0,9	35
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	Салат из морской капусты	50	1,16	2,63	2,85	43,06	4,585	17а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Картофель отварной	100	3,01	3,67	23,86	140,8	28,33	5а
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	Мандарины	180	1,44	0,36	13,5	68,4	68,4	2а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Конфеты	15	1,2	11,85	15,57	169,83	0	3а
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>34,4</b>	<b>41,74</b>	<b>219,49</b>	<b>1389,61</b>	<b>272,126</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>			<b>34,4</b>	<b>41,74</b>	<b>219,49</b>	<b>1389,61</b>	<b>272,126</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>34,4</b>	<b>41,74</b>	<b>219,49</b>	<b>1389,61</b>	<b>272,126</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,48	3,	15,8	1389,61	19,58	