

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
16.11.2021г.								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	2а
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8а
ЗАВТРАК	Бутерброд с сырковой массой	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	17
ЗАВТРАК 2	Дрожжевой напиток	100	0,42	0,09	19,15	79,15	0	1а
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	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3а
ОБЕД	Суп овощной	150	3,27	2,14	14,67	92,02	32,37	19а
ОБЕД	Котлета мясная	60	1,23	5,03	4,48	66,67	0,072	3а
ОБЕД	Гречка отварная	100	5,33	3,04	27,59	164,65	0	13а
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1а
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	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35а
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	Печенье песочное	30	5,69	6,66	28,98	200,25	0,18	7
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	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	120	4а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			41,98	40,51	222,34	1428,01	166,961	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			41,98	40,51	222,34	1428,01	166,961	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			41,98	40,51	222,34	1428,01	166,961	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			2,94	2,84	15,57	1428,01	11,69	