

# ежедневное меню

Неделя: первая день Среда

Дата 10.01.2024

Сезон ОСЕННЕЕ-ЗИМНЕЕ возрастная категория 1,5-3 года

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,58	2,75	8,97	71,20
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	0,49	89
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	<b>Итого за прием</b>	<b>330</b>	<b>7,71</b>	<b>5,83</b>	<b>20,05</b>	<b>214,20</b>
	<b>2-й завтрак:</b>					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	<b>Обед</b>					
81	Суп картофельный с фасолью	150	3,19	3,00	11,89	88,50
276	Жаркое по домашнему	170	20,80	5,33	18,50	205,00
377	Чай с лимоном	150	0,15	0,00	11,23	48,00
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>26,12</b>	<b>8,69</b>	<b>52,21</b>	<b>395,50</b>
	<b>Полдник</b>					
212	Лапшевник с творогом	100	8,06	6,52	24,46	190,00
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
	<b>Итого за прием</b>	<b>250</b>	<b>10,40</b>	<b>8,52</b>	<b>35,09</b>	<b>260,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1080,00</b>	<b>54,23</b>	<b>33,04</b>	<b>127,35</b>	<b>880,70</b>