

ежедневное меню

Неделя: первая день Четверг

Дата 04.04.2024

Сезон ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ возрастная категория 1,5-3 года

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
185	Каша рисовая молочная с маслом сливочным, мдж 72,5%	150	4,53	4,36	31,76	186,00
395/396	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70
1	Бутерброд с маслом сливочным, мдж 72,5%	40	2,45	7,55	14,62	136
	Итого за прием	350	9,32	13,91	57,01	392,00
	2-й завтрак:					
399	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	150,00	0,75	0,00	0,30	64,00
	Обед					
99	Суп из овощей	150,00	2,55	3,98	8,30	81,00
247	Рыба тушеная с овощами	50/50	7,93	4,55	0,07	81,00
168	Каша овсяная вязкая	135,00	3,18	2,91	32,17	170,70
376	Компот из сухофруктов	150,00	0,33	0,02	0,51	54,00
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	Итого за прием	565,00	15,97	11,82	51,64	440,70
	Полдник					
215	Омлет запеченный	60/5	5,86	7,89	1,05	98,20
	Икра кабачковая детская	40	4,8	1,92	2,55	25,0
382	Кисель из натурального сока	150,00	0,43	0,05	5,18	92,70
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	Итого за прием	285,00	13,068	10,22	19,37	269,90
	Итого за день	1400,00	39,108	35,94	128,3	1166,60