

ежедневное меню

Неделя: первая день Среда

Дата 03.04.2024

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					
93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,58	2,75	8,97	71,2
397	Какао с молоком	160	3,15	2,72	0,49	89,0
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54,0
	Итого за прием	340	7,71	5,83	20,05	214,20
	2-й завтрак:					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	Обед					
81	Суп картофельный с фасолью	150	3,19	3	11,89	88,5
298	Голубцы ленивые	70/15	4,7	4,9	4,4	81,0
321	Картофельное пюре	120	2,67	3,66	17,89	117,0
377	Чай с лимоном	150	0,15	0	11,23	48,0
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54,0
	Итого за прием	535	12,69	11,92	56,0	388,5
	Полдник					
212	Лапшевник с творогом	100	8,06	6,52	24,46	190,0
395	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70,0
	Итого за прием	260	10,4	8,52	35,09	260,0
	Итого за день	1135	40,8	36,27	131,14	873,7