

ежедневное меню

Неделя: вторая день Вторник

Дата 26.03.2024

Сезон ОСЕННЕЕ-ЗИМНЕЕ возрастная категория 3-7 лет

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|---|----------------|---------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак | | | | | |
| 94 | Суп молочный с гречневой крупой | 200 | 4,35 | 4,15 | 13,95 | 110,10 |
| 397 | Какао с молоком | 180 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54 |
| 7 | Сыр Российский твердый порциями | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 54 |
| | Итого за прием | 425 | 14,16 | 12,69 | 30,84 | 285,10 |
| | 2-й завтрак: | | | | | |
| 399 | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200,00 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 |
| | Обед | | | | | |
| 99 | Суп из овощей | 200,00 | 3,18 | 4,98 | 10,37 | 101,20 |
| 275 | Котлеты рубленые | 85,00 | 5,50 | 11,95 | 0,20 | 130,00 |
| 168 | Каша пшеничная вязкая | 135,00 | 3,18 | 2,91 | 32,17 | 170,70 |
| 376 | Компот из сухофруктов | 180,00 | 0,44 | 0,02 | 16,44 | 64,80 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54,00 |
| - | Хлеб ржаной | 25,00 | 1,32 | 0,24 | 7,06 | 36,00 |
| | Итого за прием | 655,00 | 15,60 | 20,46 | 76,83 | 556,70 |
| | Полдник | | | | | |
| | Печенье | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 400 | Молоко кипяченое | 180,00 | 4,57 | 4,54 | 0,00 | 85,00 |
| | Итого за прием | 220,00 | 4,57 | 4,54 | 0,00 | 85,00 |
| | Итого за день | 1503,00 | 124,33 | 37,69 | 125,85 | 1002,80 |