

ежедневное меню

Неделя: вторая день Вторник

Дата 23.04.2024

Сезон ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ возрастная категория 3-7 лет

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
94	Суп молочный с гречневой крупой	200	4,35	4,15	13,95	110,10
397	Какао с молоком	200	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	445	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
54	Икра свекольная	60,00	1,35	2,76	6,53	56,22
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	715,00	16,95	23,22	83,36	612,92
	Полдник					
230	Вареники ленивые (отварные)	115,00	20,089	9,864	9,205	247,68
400	Молоко кипяченое	200,00	4,57	4,54	0,00	85,00
	Итого за прием	315,00	24,659	14,404	9,205	332,68
	Итого за день	1503,00	145,769	50,314	141,59	1306,70