

ежедневное меню

Неделя: вторая день Вторник

Дата 16.01.2024

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