

ежедневное меню

Неделя: вторая день Понедельник

Дата 08.04.2024

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					
213	Яйцо варенное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
168	Каша ячневая	105	2,45	2,24	24,75	131
-	Икра кабачковая детская	40	4,80	1,92	2,55	25,00
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	0	28
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого за прием	365	14,35	9,14	38,17	301,00
	2-й завтрак:					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	Обед					
81	Суп картофельный с горохом	150,00	3,19	3,00	11,89	88,50
247	Котлеты рыбные Любительские	70,00	8,02	2,82	5,99	81,00
321	Картофельное пюре	120,00	2,03	3,20	11,69	77,60
376	Компот из сухофруктов	150,00	0,37	0,02	13,70	54,00
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	Итого за прием	520,00	17,57	10,33	61,06	408,00
	Полдник					
	Печенье/пряники промышленного производства	30,00				
395	Кофейный напиток с молоком	160,00	4,58	4,08	7,58	7,93
	Итого за прием	190,00	4,58	4,08	7,58	276,40
	Итого за день	1045,00	36,5	23,55	106,81	716,93