

# ежедневное меню

Неделя: вторая день Пятница

Дата 28.03.2024

Сезон ОСЕННЕЕ-ЗИМНЕЕ возрастная категория 3-7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
185	Каша молочная с пшеничной рупой	200	7,38	7,89	29,47	219,00
395	Кофейный напиток с молоком	180	7,44	3,6	0,06	85
4/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, мдж 72,5%	30/10	3,12	7,57	19,57	161,3
	<b>Итого за прием</b>	<b>420</b>	<b>17,94</b>	<b>19,06</b>	<b>49,10</b>	<b>465,30</b>
	<b>2-й завтрак:</b>					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	<b>Обед</b>					
76	Рассольник Ленинградский	200,00	1,430	2,62	9,350	68,00
302	Птица тушенная с овощами в соусе	200,00	14,82	16,36	14,40	265,50
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
	<b>Итого за прием</b>	<b>635,00</b>	<b>19,990</b>	<b>19,60</b>	<b>57,84</b>	<b>488,30</b>
	<b>Полдник</b>					
235	Пудинг из творога	100,00	15,14	10,76	7,76	255,00
392	Чай с молоком	180,00	2,67	2,34	0,00	89,00
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>310,00</b>	<b>19,790</b>	<b>13,460</b>	<b>18,350</b>	<b>398,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1465,00</b>	<b>67,720</b>	<b>90,060</b>	<b>145,29</b>	<b>1362,60</b>