

ежедневное меню

Неделя: вторая день Пятница

Дата 19.01.2024

Сезон ОСЕННЕЕ-ЗИМНЕЕ возрастная категория 1,5-3 года

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
185	Каша молочная с пшеничной рупой	150	4,43	4,72	17,68	131,40
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
4/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, мдж 72,5%	30/10	2,45	7,55	14,62	136
	Итого за прием	340	9,22	14,27	42,93	337,40
	2-й завтрак:					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	Обед					
76	Рассольник Ленинградский	150,00	1,080	1,96	7,010	51,00
302	Птица тушенная с овощами в соусе	160,00	7,70	4,90	14,66	134,20
376	Компот из сухофруктов	150,00	0,33	0,02	0,51	84,75
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	Итого за прием	490,00	11,090	7,24	32,77	323,95
	Полдник					
235	Пудинг из творога	80,00	13,62	9,68	6,98	229,50
392	Чай с молоком	150,00	2,65	2,33	0,00	77,00
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	Итого за прием	260,00	18,250	12,374	17,574	360,50
	Итого за день	1190,00	48,560	43,884	113,27	1032,85