

# ежедневное меню

Неделя: вторая день Среда

Дата 17.01.2024

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

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
168	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150	4,43	4,72	17,60	131,40
392	Чай с молоком	150	2,65	2,33	0	77
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	<b>Итого за прием</b>	<b>330</b>	<b>9,06</b>	<b>7,41</b>	<b>28,19</b>	<b>262,40</b>
	<b>2-й завтрак:</b>					
368	Фрукты	1шт	10,00	10,00	20,00	11,00
	<b>Обед</b>					
57	Борщ с капустой и картофелем	150,00	1,30	3,25	7,71	61,00
439/43	Пельмени мясные отварные	105,00	10,50	6,25	18,02	170,50
382	Кисель из натурального сока	150,00	0,428	0,045	5,181	92,70
	Хлеб пшеничный	30,00	1,98	0,36	10,59	54,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>435,00</b>	<b>14,21</b>	<b>9,91</b>	<b>41,50</b>	<b>378,20</b>
	<b>Полдник</b>					
2	Бутерброд с повидлом	45,00	2,49	3,96	27,56	156,00
397	Какао с молоком	150,00	3,15	2,72	0,49	89,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>195,00</b>	<b>5,64</b>	<b>6,68</b>	<b>28,05</b>	<b>245,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1110,00</b>	<b>38,91</b>	<b>34,00</b>	<b>117,74</b>	<b>896,60</b>