

ежедневное меню

Неделя: вторая день Четверг

Дата 18.01.2024

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 рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,53	4,36	31,76	186,00
392	Чай с сахаром	150	2,34	2	0,02	70
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Печенье	15	5,26	3,91	32,43	187,66
	Итого за прием	345	14,11	10,63	74,80	497,66
	2-й завтрак:					
399	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	150,00	0,75	0,00	0,30	64,00
	Обед					
85	Суп картофельный с клецками	150,00	1,260	2,01	7,280	52,35
274	Мясо птицы тушенное с овощами	170,00	11,79	11,74	14,86	213,70
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	500,00	15,360	14,127	33,24	404,80
	Полдник					
466	Булочка кондитерская ассорти	30,00	0,19	0,118	1,308	7,50
401	Кефир 2,5% мдж	150,00	4,35	3,75	6,30	67,00
	Итого за прием	180,00	4,540	3,868	7,608	74,50
	Итого за день	1175,00	34,760	28,625	115,948	1040,96