

13.01 2025 г



1 день

№ рецент	Наименование блюда	Категория: дети 3-7 лет					Категория: дети 1-3 лет				
		Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Выход, г	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углевод.ы, г			Белки, г	Жиры, г	Углевод.ы, г	
<b>Завтрак</b>											
227	Яйца вареные	40	5,0	4,5	0,3	61,3	40	5,00	4,50	0,30	61,30
354	Каша пшеничная	130	3,1	4,5	13,1	107,9	120	2,90	4,20	12,40	99,90
3	бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	7,7	15,5	149,1	20/5/10	3,6	7,4	10,1	122,9
411	Чай с сахаром	180/8	0,0	0,0	9,8	39,2	150/7	0	0	6,8	27,1
	итого	405	12,5	16,7	38,7	357,5	352	11,5	16,1	29,6	311,7
<b>10:00</b>											
418	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	Итого	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
<b>Обед</b>											
134	СВЕКЛА, тушеная в сметане	50	1,1	2,7	5,1	53,5	40	0,80	2,20	4,00	42,80
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,6	2,1	13,8	84,3	150	2,2	1,7	11,5	70,2
	птица отварная	70	15,1	13,0	0,2	177,7	50	10,80	9,20	0,10	126,90
321	Пюре картофельное с маслом сливочным	130/3	2,7	3,3	18,5	114,8	120/3	2,50	3,20	17,10	107,80
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,5	0,1	10	47,4
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,30	0,20	8,50	40,80
397	кнесь из сухофруктов	180	0,0	0,0	26,4	105,5	150	0,00	0,00	22,00	87,90
	Итого	673	25,8	21,6	91,8	668,0	553	19,10	16,60	73,20	523,80
<b>Полдник</b>											
474	Булочка Российская	70	5,1	5,9	41,5	239,0	50	3,7	4,2	29,7	170,8
397	Какао с молоком	180	2,8	2,4	13,6	87,7	150	2,3	2	11,3	73,1
	Итого	250	7,9	8,3	55,1	326,7	200	6,00	6,20	41,00	243,90

Индивидуальный предприниматель

А.М. Петросян

