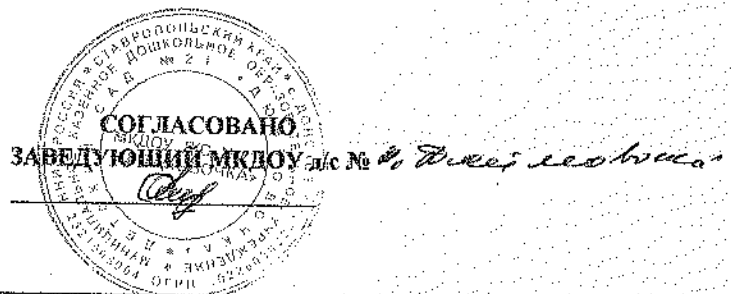


Меню 21.01 2025г



№ 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>											
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	4,1	3,5	15,6	111,6	150	3,4	2,9	13,0	93,0
13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	37,5	5	0,1	4,2	0,1	37,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	180/8	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>6,5</b>	<b>7,9</b>	<b>40,5</b>	<b>258,8</b>	<b>363</b>	<b>5,0</b>	<b>7,2</b>	<b>29,9</b>	<b>205,0</b>
<b>II Завтрак</b>											
399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>41,7</b>
<b>Обед</b>											
346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,3	1,4	3,3	31,1	40	1,0	1,1	2,6	24,8
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	2,7	2,0	14,1	85,7	150	2,2	1,7	11,8	71,4
247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70/30	6,9	3,8	2,6	72,2	50/20	4,9	2,7	1,8	51,6
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	2,7	3,3	18,5	114,9	120/3	2,5	3,2	17,1	107,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	117,9	150	0,5	0,1	23,8	98,3
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>703</b>	<b>18,4</b>	<b>11,1</b>	<b>94,8</b>	<b>554,0</b>	<b>573</b>	<b>13,9</b>	<b>9,1</b>	<b>75,6</b>	<b>442,2</b>
<b>Полдник</b>											
483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	70	4,1	7,8	42,6	259,7	50	2,9	5,6	30,5	185,7
430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,0	0,0	9,7	38,7	150/7	0,0	0,0	6,8	27,1
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>260</b>	<b>4,1</b>	<b>7,8</b>	<b>52,3</b>	<b>298,4</b>	<b>207</b>	<b>2,9</b>	<b>5,6</b>	<b>37,3</b>	<b>212,8</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>29,5</b>	<b>26,9</b>	<b>197,4</b>	<b>1 152,9</b>		<b>22,3</b>	<b>22,9</b>	<b>152,6</b>	<b>901,7</b>

