



Меню 27.11 2024 г

День 3

№ рецепт	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	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углевод.ы, г		
	Завтрак											
199	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180/3	6,4	5,0	30,3	192,0	150/3	5,3	4,6	25,3	164,0	
6	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	
412	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,1	0,0	9,9	41,0	180/10/7	0,1	0,0	10,0	41,7	
	Итого за прием пищи:	415	8,9	9,4	55,4	341,5	375	7,0	8,9	45,4	290,6	
	II Завтрак											
418	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7	
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7	
	Обед											
354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,2	1,9	5,1	43,4	40	1,0	1,5	4,1	34,6	
88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,0	3,8	14,5	100,4	150	1,7	3,2	12,1	83,7	
322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,7	10,9	11,3	190,0	50	8,4	7,8	8,1	135,7	
	ШОРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	14,5	3,4	30,4	210,3	120/3	13,4	3,3	28,1	196,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,2	0,0	23,1	94,5	150	0,2	0,0	19,3	78,8	
	Итого за прием пищи:	673	33,9	20,5	112,2	770,8	553	27,5	16,1	90,2	617,1	
	Полдник											
474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	5,1	5,8	41,7	239,0	50	3,7	4,1	29,8	170,7	
414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	13,2	83,6	150	2,2	1,8	10,9	69,6	
	Итого за прием пищи:	250	7,8	8,0	54,9	322,6	200	5,9	5,9	40,7	240,3	
	Всего за день:		51,1	38,0	232,3	1476,6		40,9	31,0	186,1	1189,7	

Индивидуальный предприниматель

