

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /
На 22.02.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
4 Неделя День 4							
Завтрак:	Каша молочная пшеничная	200	6,3	9,98	24,69	212,44	132
	Какао с молоком	200	0,03	0,01	5,66	18,67	136
	Булка с маслом	30/5	6,12	2,97	54,1	340	1
Итого за завтрак							
Второй завтрак:	Сок апельсиновый	100	0,4	-	11,5	47	134
Итого за 2-й завтрак							
Обед:	Свекольник с курами, сметаной	200	1,87	0,85	6,09	39,41	46
	Хлеб	30	3	0,5	22,16	94,5	2
	Рыбная котлета	50	10,89	10,19	23,28	156,25	3/9
	с рисом и том. подливой	120/30	5,7	4,82	27,45	180,34	67
	Компот из сухофруктов	200	3,88	3,88	9,93	34,69	128
Итого за обед							
Полдник:	Чай с лимоном	200	0,11	2,03	6,65	26,29	137
	Булка	30	2,3	1,2	27,2	104,8	147
Итого за полдник							

Итого за день:		1577	56,91	50,34	244,19	1614,27	
---------------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--