

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Неделя: Первая День понедельник

Дата 30.10.2023

Сезон летнее-осеннее возрастная категория 1.5 - 3лет 1.5-3лет

| № рецептур ы | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------------------|---|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
| | Завтрак | | | | | |
| 168 | Каша вязкая пшеничная со сливочным маслом крестьянским -72.5% | 135\5 | 3.72 | 4.23 | 21.27 | 138.00 |
| 396 | Кофейный напиток со сгущенным молоком | 160 | 2.34 | 2.00 | 0.02 | 70 |
| - | Хлеб пшеничный | 15 | 1.52 | 0.18 | 9.38 | 46.00 |
| - | Хлеб ржаной | 15 | 1.33 | 0.24 | 7.10 | 36.18 |
| | Итого за прием | 325 | 8.91 | 6.65 | 37.77 | 290.18 |
| | 2-й завтрак: | | | | | |
| 399 | Сок фруктовый, ягодный в индивидуальной упаковке | 200 | 0.04 | 0.04 | 7.75 | 30.6 |
| | Итого за прием | 200 | 0.04 | 0.04 | 7.75 | 30.6 |
| | Обед | | | | | |
| 85 | Суп картофельный с клецками | 200 | 1.26 | 2.02 | 7.28 | 52.35 |
| 305 | Котлеты из мяса птицы | 60 | 10.76 | 8.77 | 8.89 | 158.2 |
| 336 | Капуста тушенная | 130 | 3.13 | 5.56 | 14.38 | 120 |
| 376 | Компот из сухофруктов | 160 | 0.39 | 0.021 | 14.6 | 57.6 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1.52 | 0.18 | 9.38 | 46.00 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1.33 | 0.24 | 7.10 | 36.18 |
| | Итого за обед: | 555 | 18.39 | 16.791 | 61.63 | 470.33 |
| 189 | Запеканка рисовая с творогом | 75 | 6.7 | 7.7 | 23.6 | 192 |
| 350 | Соус молочный | 30 | 0.583 | 1.356 | 0.882 | 30.45 |
| 392 | Чай с сахаром | 160 | 0.04 | 0.01 | 6.99 | 28.00 |
| | Итого за полдник: | 265 | 7.323 | 9.156 | 31.472 | 250.45 |
| | Итого за день: | 1345 | 34.663 | 32.637 | 138.622 | 1041.56 |