

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Неделя: Первая День понедельник

Дата 16.10.2023

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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