

## ежедневное меню

Неделя: Первая День понедельник

Дата 11.12.2023

Сезон Летне - осеннее возрастная категория 1.5 - 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
168	Каша вязкая пшеничная	135	3.72	4.23	21.27	138.00
396	Кофейный напиток со сгущенным молоком	160	2.34	2	0.02	70
-	Хлеб пшеничный	15	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	15	1.33	0.24	7.1	36.18
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>325</b>	<b>8.91</b>	<b>6.65</b>	<b>37.77</b>	<b>290.18</b>
	<b>2 Завтрак:</b>					
399	Сок фруктовый	<b>200</b>	<b>0.40</b>	<b>0.40</b>	<b>7.75</b>	<b>30.60</b>
	<b>Обед</b>					
85	Суп картофельный с клецками	150\15	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	120.00
392	Компот из сухофруктов	160	0.39	0.02	14.60	57.60
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.1	36.18
	<b>Итого за обед:</b>	<b>555</b>	<b>18.39</b>	<b>16.79</b>	<b>61.63</b>	<b>470.33</b>
	<b>Полдник:</b>					
189	Запеканка рисовая с творогом	75	6.70	7.70	23.60	192.00
350	Соус молочный	30	0.58	1.36	0.88	30,45
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	6.99	28
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>265</b>	<b>7.32</b>	<b>9.16</b>	<b>31.47</b>	<b>250,45</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1455</b>	<b>35.02</b>	<b>33.00</b>	<b>138.62</b>	<b>1041,56</b>