

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Неделя: Первая День вторник

Дата 19.12.2023

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>					
94	Каша молочная геркулесовая	150	2.40	3.80	21.10	128.00
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	6.99	28
1	Бутерброд: Хлеб пшеничный, масло сливочное	30\5	1.60	5.10	9.80	91.12
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>345</b>	<b>4.04</b>	<b>8.91</b>	<b>37.89</b>	<b>247.12</b>
	<b>2 Завтрак:</b>					
368	Фрукты свежие: Бананы	100	0.40	0.40	0.80	44.00
	<b>Обед</b>					
83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150\20	3.98	3.11	9.27	63.90
336	Капуста тушенная	130	3.13	5.56	14.38	120
256	Котлеты рыбные запеченные в соусе	60	8.02	2.82	5.99	81.00
376	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>660</b>	<b>18.77</b>	<b>12.33</b>	<b>61.52</b>	<b>448.68</b>
449	Печенье	25	1.41	2.01	14.07	142.58
400	Молоко кипяченое	160	4.57	4.54	0.00	85.00
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>185</b>	<b>5.98</b>	<b>6.55</b>	<b>14.07</b>	<b>227,58</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1190</b>	<b>28.79</b>	<b>27.79</b>	<b>113.48</b>	<b>923,38</b>