

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Неделя: Первая День понедельник

Дата 02.10.2023

Сезон летнее-осеннее возрастная категория

3-7лет

№ 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	180	7.44	3.6	0.06	85
-	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	345	14.01	8.25	37.81	305.18
	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	2.95	3.36	12.138	87.00
305	Котлеты из мяса птицы	80	14.34	11.7	11.86	211.00
336	Капуста тушенная	130	3.13	5.56	14.38	120
376	Компот из сухофруктов	180	0.44	0.02	16.44	64.8
-	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:	630	23.71	21.06	71.298	564.98
189	Запеканка рисовая с творогом	75	8.06	11.31	28.32	230.00
350	Соус молочный	30	0.583	1.356	0.882	30.45
392	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40.00
	Итого за полдник:	285	8.703	12.686	39.192	300.45
	Итого за день:	1460	46.463	42.036	156.05	1201.21