

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Неделя: Первая День пятница

Дата 06.10.2023

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>					
185	Суп молочный рисовый	150	2.40	3.80	21.10	128.00
395	Кофейный напиток с молоком	160	2.34	2	10.63	70
1	Бутерброд: Хлеб пшеничный, масло сливочно	30\5	1.60	5.10	9.80	91.12
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>345</b>	<b>6.34</b>	<b>10.90</b>	<b>41.53</b>	<b>289.12</b>
	<b>2 Завтрак:</b>					
399	Сок фруктовый	200	0.04	0.04	7.75	30.60
	<b>Обед</b>					
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150\20	1.20	2.10	7.20	52.35
43\3	Макароны отварные	135	5.30	3.80	32.40	188.00
277	Гуляш из отварной говядины	70	8.99	7.23	2.31	110
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	0.00	28.00
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
	<b>Итого обед:</b>	<b>775</b>	<b>18.42</b>	<b>13.60</b>	<b>66.14</b>	<b>491.13</b>
	<b>Полдник:</b>					
466	Булочка с повидлом	50	0.19	0.12	1.31	7.50
400	Молоко кипяченое	160	4.57	4.54	0.00	85.00
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>210</b>	<b>4.76</b>	<b>4.66</b>	<b>1.31</b>	<b>92,5</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1330</b>	<b>29.52</b>	<b>29.16</b>	<b>108.98</b>	<b>872,75</b>