

Меню приготавливаемых блюд 18.05.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
3 Неделя День 2							
Завтрак:	Каша гречневая молочная	200	3.49	3.21	12.5	111.19	67
	Кофейный напиток	200	1.22	0.73	12.39	58.86	361
	Булка с маслом	30/7	6.12	2.97	54.1	340	1
Итого за завтрак		437	10.83	6.91	78.99	510.05	
Второй завтрак:	Сок персиковый	89	0.3	-	16.5	68	
Итого за 2-й завтрак		89	0.3	-	16.5	68	
Обед:	Соленый огурец	40	1.08	3.04	1.04	26.8	430
	Борщ с курами со сметаной	200	1.54	3.87	12.71	92.49	30
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	2
	Рыбная котлета с	55	16.08	17.42	12.92	274.17	255
	картофельным пюре	140	2.17	3.12	5.36	82.6	58
	Компот из сухофруктов	200	0.13	0.08	14.1	1.6	376
Итого за обед		675	24	28.05	68.29	572.16	
Полдник:	Какао с молоком,	200	2.1	1.81	8.64	59.33	397
	Булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	147
Итого за полдник		230	4.4	3.01	35.84	164.13	
Итого за день:		1431	39.53	37.97	199.62	1314.34	