

Меню приготавливаемых блюд 21.05.

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 5							
Завтрак:	Манно – творожная запеканка	120	13.66	9.04	10.92	186.33	9
	с фруктовой подливой.	30	0.04	-	11.13	44.7	115
	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		387	21.04	12.74	88.54	629.89	
Второй завтрак:	Напиток яблочный	100	3.88	3.88	8.93	34.69	547
Итого за 2-й завтрак		100	3.88	3.88	8.93	34.69	
Обед:	Салат из зеленого горошка	55	1.57	5.08	3.9	67	10
	Харчо с курами	200	3.14	6.32	11.5	93.53	632
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	2
	Шницель куриный с	60	15.52	11.78	18.07	231.67	282
	тушеной капустой	140	2.12	4.48	8.65	79.8	50
	Компот лимон, изюма	200	0.28	-	34.6	127	401
Итого за обед		695	25.63	28.16	98.88	693.5	
Полдник:	Чай,	200	0.03	0.01	5.66	18.67	136
	булка	30	6.14	2.14	41.86	214.43	2
Итого за полдник		230	6.17	2.15	47.52	233.1	
Итого за день:		1412	56.72	46.93	243.87	1591.18	