Меню приготавливаемых блюд 28.05.

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		
4 Неделя День 5							
Завтрак:	Манно – творожная запеканка со сладкой подливой.	120	13.66	9.04	10.92	186.33	9
	Какао с молоком	30	0.04	-	11.13	44.7	115
	Булка с маслом, сыром	200	2.1	1.81	8.64	59.33	397
		30/7	6.12	2.97	54.1	340	1
Итого за завтрак		387	21.92	13.82	84.79	630.36	
Второй завтрак:	Сок апельсиновый	100	0.4	-	11.5	47	134
Итого за 2-й завтрак		100	0.4	-	11.5	47	
Обед:	Щи из свежей капусты с курами	200	2.7	2.95	5.39	50.9	67
	Хлеб	40	3	0.5	22.16	94.5	2
	Рулет курино-говяжий с яйцом, макаронами,	100	10.15	7.69	12.25	174.98	72
	томатной подливой	120	3.66	2.81	17.58	110.32	317
	Компот курага, лимон	30	1.16	4.2	8.02	74.5	348
	200	3.88	3.88	8.93	34.96	12	
Итого за обед		690	24.55	22.03	74.33	540.16	
Полдник:	Картофельная запеканка с куриным мясом,	160	8.49	8.35	7.28	151.94	592
	соленый огурец	40	1.08	3.04	1.04	26.8	430
	хлеб	20	1.5	0.25	11.08	47.25	2
	Кофейный напиток	200	1.56	1.33	7.09	46.67	395
	булка	30	2.3	1.2	27.2	104.8	147
	Апельсин	245	0.2	0.9	8.1	43	145
Итого за полдник		695	15.13	14.37	54.59	385.56	
Итого за день:		1872	62	50.52	225.21	1618.92	