

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /
На 06.12.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 Неделя День 3							
Завтрак:	Омлет	80	6,35	5,75	5,75	78,50	79
	Кофейный напиток	200	1,22	0,73	12,39	58,86	361
	Булка с маслом и сыром	30/7/10	6,12	2,97	54,1	340	1
Итого за завтрак		327	16,01	12,4	73,34	513,36	
Второй завтрак:	Мандарин	100	0,3	-	16,5	68	433
Итого за 2-й завтрак		100	0,3	-	16,5	68	
Обед:	Салат свекла с зел.горошком	55	1,57	5,08	3,9	67	10
	Суп гречневый с курами	200	4,7	4,63	19,32	134,29	80
	Хлеб	40	3	0,5	22,16	94,5	2
	Шницель курица-говядина с макаронами,	60	15,53	11,78	18,07	231,67	282
	с томатной подливой	120	3,66	2,81	17,58	110,32	317
	Компот «Ассорти»	30	1,16	4,2	8,02	74,5	348
		200	3,88	3,88	9,93	34,69	128
Итого за обед							
Полдник:	Чай с лимоном	200	1,35	6,16	7,69	91,6	2
	Булка с повидлом	30/24	10	8,4	4	132	28

Итого за полдник							
Итого за день:		1627	75,77	62,63	295,78	2004,56	