

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /
На 19.02.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
4 Неделя День 1							
Завтрак:	Макароны с маслом и сахаром	180	3,38	5,21	12,03	112,47	70
	Чай с лимоном	200	1,56	1,33	7,09	46,67	395
	Булка с маслом и сыром	30/5/17	6,12	2,97	54,1	340	1
Итого за завтрак							
Второй завтрак:	Сок яблочный	108	0,6	-	41,09	171,78	4/12
Итого за 2-й завтрак							
Обед:	Щи из св.капусты с курами, со сметаной	200	1,87	0,85	6,09	39,41	46
	Хлеб	30	3	0,5	22,16	94,5	2
	Гуляш куриный	70	5,15	5,33	8,68	106,15	63
	Рис	120	2,17	3,12	5,36	82,6	58
	Компот из св. яблок	200	0,13	0,08	14,1	1,6	376
Итого за обед							
Полдник:	Какао с молоком	200	0,11	2,03	6,65	26,29	137
	Булка, мармелад	30/32	4,62	2,95	28,3	140,8	147
Итого за полдник							

Итого за день:		1567	50,46	55,88	279,61	1636,33	
---------------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	--