

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	4.74	7.64	19.76	167.37	68
	Какао с молоком	150	3.09	2.97	9.11	75.57	14/12
	Бутерброды с джемом или повидлом (вариант № 2)	30	1.63	0.20	16.82	74.6	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	9.46	10.81	45.69	317.54	
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	0.50	0.10	10.10	47	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.50	0.10	10.10	47	
ОБЕД	Суп-лапша на курином бульоне с мясом курицы	150	1.42	2.10	8.33	58.5	20/22
	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9.45	9.73	8.59	158.59	5/10
	Капуста тушеная (гарнир)	110	2.28	3.56	10.37	82.61	336/1
	Компот из сухофруктов	150	0.28	0.00	15.99	62.88	6/11
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	49.5	2
	Хлеб пшеничный	20	1.23	0.43	8.37	42.89	147
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	16.64	16.18	61.67	454.97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка творожно-рисовая	130	10.92	9.26	18.36	230.62	71
	Молоко сгущенное	15	1.08	1.27	8.32	49.2	490
	Чай сладкий с молоком	150	2.34	2.43	13.28	81.96	138
	Вафли	18	0.53	0.60	13.95	63.75	152/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		313	14.87	13.56	53.91	425.53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1253	41.47	40.65	171.37	1245.04	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1253	41.47	40.65	171.37	1245.04	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1253	41.47	40.65	171.37	1245.04	