

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая | 150 | 4.50 | 5.65 | 17.29 | 138.75 | 242 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.39 | 2.61 | 11.23 | 77.15 | 13/11 |
| | Бутерброды с джемом или повидлом (вариант № 2) | 30 | 1.63 | 0.20 | 16.82 | 74.6 | 3 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 330 | 8.52 | 8.46 | 45.34 | 290.5 | |
| ЗАВТРАК 2 | Груша | 60 | 0.24 | 0.18 | 6.18 | 28.2 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 60 | 0.24 | 0.18 | 6.18 | 28.2 | |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты со сметаной | 150 | 1.05 | 2.16 | 4.86 | 43.71 | 6/22 |
| | Биточки (котлеты) рыбные | 50 | 6.88 | 1.00 | 4.00 | 52.5 | 9/8 |
| | Макаронные изделия отварные | 110 | 3.88 | 2.78 | 23.76 | 137.86 | 43/3 |
| | Соус томатный с маслом сливочным | 30 | 0.37 | 0.90 | 2.93 | 21.36 | 119 |
| | Компот из яблок и изюма | 150 | 0.12 | 0.00 | 13.99 | 53.96 | 2/11 |
| | 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 | | 540 | 15.51 | 7.63 | 67.93 | 401.78 | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 40 | 0.53 | 3.33 | 2.73 | 42.67 | 20/1 |
| | Картофель отварной, запеченный с маслом | 90 | 2.12 | 2.56 | 13.80 | 104.07 | 57/1 |
| | Чай сладкий с лимоном | 150 | 0.16 | 3.04 | 9.98 | 39.44 | 137 |
| | Печенье | 17 | 1.27 | 1.67 | 12.65 | 70.89 | 609 |
| ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | 297 | 4.08 | 10.60 | 39.16 | 257.07 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1227 | 28.35 | 26.87 | 158.61 | 977.55 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 1227 | 28.35 | 26.87 | 158.61 | 977.55 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 1227 | 28.35 | 26.87 | 158.61 | 977.55 | |