

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	6.58	5.55	26.86	165	15/5
	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	10.60	8.36	54.91	316.75	
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 из овощей со сметаной	150	1.20	3.90	6.23	65.25	14/21
	Тефтели рыбные с рисом в соусе	60	5.49	1.94	5.17	60.46	12/8
	Картофельное пюре	110	2.28	3.08	15.10	99	3/31
	Компот из яблок и кураги	150	0.18	0.08	13.76	54.9	1/11
	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		520	12.36	9.79	58.65	372	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	5.73	4.53	25.20	166.87	44/4
	Молоко кипяченое	150	4.57	4.08	7.58	85	400
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	60	3.72	3.37	19.59	123.18	17-2/13
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		310	14.02	11.98	52.37	375.05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1260	37.48	30.23	176.03	1110.8	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1260	37.48	30.23	176.03	1110.8	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1260	37.48	30.23	176.03	1110.8	