

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	200	5.96	6.06	29.38	196.5	241
	Бутерброды с маслом (сливочным)	35	2.34	3.31	14.84	98.8	6/1
	Чай с сахаром	200	12.00	3.06	13.00	49.28	136
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	20.30	12.43	57.22	344.58	
ЗАВТРАК 2	Кисло-молочные продукты	200	5.80	5.00	8.00	106	4/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5.80	5.00	8.00	106	
ОБЕД	Рассольник со сметаной	250	1.75	3.25	11.75	85	9/21
	Плов из мяса кур	200	13.12	17.44	32.96	328	304/1
	Компот из сухофруктов	200	0.38	0.00	21.32	83.84	6/11
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66	2
	Хлеб пшеничный	30	1.84	0.64	12.56	64.33	147
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	19.73	21.81	91.95	627.17	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Салат витаминный	60	0.66	6.06	6.36	82.8	5
	Гренки под омлетом	90	5.81	6.06	8.26	108.5	1
	Кисель	200	0.00	0.00	19.60	80	122/1
	Пряники	30	1.77	1.41	22.50	109.8	608
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		380	8.24	13.53	56.72	381.1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	54.07	52.77	213.89	1458.85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1735	54.07	52.77	213.89	1458.85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1735	54.07	52.77	213.89	1458.85	