

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	6.68	6.58	37.82	237.4	4/42
	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	21.02	12.95	65.66	385.48	
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	150	0.75	0.15	15.15	70.5	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0.75	0.15	15.15	70.5	
ОБЕД	Суп "Кудрявый" со сметаной	250	2.55	4.70	11.60	100.05	1
	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.23	13.62	12.02	222.02	5/10
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7.41	6.27	35.69	234.44	67
	Соус томатный с маслом сливочным	30	0.37	0.90	2.93	21.36	119
	Напиток из шиповника	200	0.24	0.10	18.34	73.2	15/11
	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		750	28.28	26.71	106.50	781.4	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Суфле из рыбы	80	11.80	3.40	2.60	89	14/7
	Макаронные изделия отварные	130	4.59	3.29	28.08	162.93	43/3
	Чай сладкий с лимоном	200	0.22	4.06	13.30	52.58	137
	Пряники	30	1.77	1.41	22.50	109.8	608
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		440	18.38	12.16	66.48	414.31	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1775	68.43	51.97	253.79	1651.69	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1775	68.43	51.97	253.79	1651.69	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1775	68.43	51.97	253.79	1651.69	