

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Суп молочный манный	200	5.30	5.88	14.22	132.22	92/1
	Гренки для супов	30	4.56	0.48	29.16	142.8	49
	Чай сладкий с молоком	200	3.12	3.24	17.70	109.28	138
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	12.98	9.60	61.08	384.3	
ЗАВТРАК 2	Яблоки	100	0.40	0.40	9.80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.40	0.40	9.80	47	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250/5	1.95	5.80	13.05	112.12	36/1
	Картофельное пюре	150	3.10	4.20	20.59	135	3/31
	Гуляш из отварного мяса	70	9.02	7.13	2.30	109.38	277
	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		740	18.93	18.25	83.18	570.67	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	200	4.04	4.60	18.58	132.18	22/22
	Кисель	200	0.00	0.00	19.60	80	122/1
	Пирожки печеные с яблоками	60	3.60	3.17	26.32	148.28	254
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		460	7.64	7.77	64.50	360.46	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1730	39.95	36.02	218.56	1362.43	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1730	39.95	36.02	218.56	1362.43	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1730	39.95	36.02	218.56	1362.43	