

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6.40	6.66	29.70	205.18	244
	Чай сладкий с лимоном	200	0.22	4.06	13.30	52.58	137
	Бутерброды с маслом (сливочным)	35	2.34	3.31	14.84	98.8	6/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	8.96	14.03	57.84	356.56	
ЗАВТРАК 2	Бананы	100	0.50	1.50	21.00	96	156
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0.50	1.50	21.00	96	
ОБЕД	Свекольник со сметаной	250	2.33	6.20	16.05	129.45	5/23
	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.23	13.62	12.02	222.02	5/10
	Рис отварной	130	3.16	4.65	31.80	181.74	315
	Соус томатный с маслом сливочным	30	0.37	0.90	2.93	21.36	119
	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		750	23.95	26.49	110.04	768.74	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники из творога	130	17.62	17.25	24.56	395.3	240
	Молоко сгущенное	20	1.44	1.70	11.10	65.6	490
	Кисель	200	0.00	0.00	19.60	80	122/1
	Печенье	17	1.27	1.67	12.65	70.89	609
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		367	20.33	20.62	67.91	611.79	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1652	53.74	62.64	256.79	1833.09	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1652	53.74	62.64	256.79	1833.09	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1652	53.74	62.64	256.79	1833.09	