

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая с маслом сливочным	200	5.02	5.86	23.88	169.18	243
	Бутерброды с джемом или повидлом (вариант №2)	40	2.17	0.27	22.43	99.47	3/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.86	3.13	13.48	92.57	13/11
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	10.05	9.26	59.79	361.22	
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	Суп картофельный с рыбой	250	8.12	5.55	5.58	105.1	19/22
	Макаронные изделия отварные	130	4.59	3.29	28.08	162.93	43/3
	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.23	13.62	12.02	222.02	5/10
	Соус томатный с маслом сливочным	30	0.37	0.90	2.93	21.36	119
	Компот из свежемороженой ягод	200	0.20	0.08	17.42	69.44	127
	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	30.99	24.56	91.95	711.18	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка творожно-морковная	150	17.91	19.44	30.92	360.34	81/1
	Молоко сгущенное	20	1.44	1.70	11.10	65.6	490
	Чай сладкий с лимоном	200	0.22	4.06	13.30	52.58	137
	Печенье	17	1.27	1.67	12.65	70.89	609
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		387	20.84	26.87	67.97	549.41	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1757	67.68	65.69	227.71	1727.81	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1757	67.68	65.69	227.71	1727.81	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1757	67.68	65.69	227.71	1727.81	