

« 03 марта» 2025г.

Меню приготавливаемых блюд.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность К/к	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша кукурузная	200/150	3.09 2.32	4.07 3.96	36.98 28.97	197 161	199
	Бутерброд с повидлом	40/20 30/20	2,45 2,04	0.30 0.25	17.49 14.58	123 102.5	2
	Чай без сахара	180/150	0.06 0.04	0.02 0.01	0 0	40 28	411
Итого за завтрак			5.60 4.40	4.39 4.22	54.47 43.55	360 291.5	
2	Яблоко	200	0.83	0	25.40	105.5	386
Завтрак			0.83	0	25.40	105.5	
Итого за 2 завтрак			0.83	0	25, 40	105,5	
			0.83	0	25,40	105,5	
Обед	Суп свекольный с мясом и сметаной.	250/200	2.25 1.80	5.50 4.40	17.25 13.80	115.0 92.0	5
	Рыба запечённая с овощами	80/60	14.03 10.45	1.90 1.42	0.25 0.16	74 55	261
	Макаронные изделия отварные	150/120	7.57 5.67	4.63 3.47	36.31 27.23	162.75 129.60	218
	Хлеб «Суворовский»	50/40	3,75 3,0	5,0 4,0	21,5 17,2	110 88	Табл.5
	Компот из сухофруктов	180/150	0,40 0,33	0,02 0,02	24,99 20,83	102 85	394
	Салат из зелёного горошка	60/45	36.54 22.59	15.76 12.04	98.35 82..03	635.91 487.22	
Полдник	Печенье песочное	80/60	4.07 3.06	18.0 13.6	46.88 35.16	354.16 265.60	138
	Кофейный напиток с молоком.	180/150	2.85 2.34	2.41 2.0	14.36 10.63	91.0 70.0	414
Итого за полдник			6.92 5.40	20.41 15.50	41.24 34.85	445.16 335.60	
Итого за день			48.81 38.14	46.56 36.76	216.91 201.22	1536.07 1209.32	