

Ежедневное меню
«15» *февраля* 2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецептуры
		1,5-3 лет	3-7лет	белки	жиры	углеводы	белки	жиры	углеводы	1,5-3 лет	3-7лет	
Завтрак	Суп рисовый молоч. с маслом	150	200	7,1	4,4	17,9	9,1	7	27,9	136	186	43
	Коф. напиток	180	180	0,12	-	6,8	0,52	-	8,4	37,6	67,6	252
	Хлеб пшеничный	20	25	1,08	1,2	15,8	1,08	1,2	15,8	61,8	61,8	
	Слив. масло	5	7	0,1	3,8	0,1	0,1	3,8	0,1	44,6	44,6	
итого		355	412	8,4	9,4	40,6	10,8	12	52,2	280	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	180	2,1	0,1	10,15	2,7	0,8	13,05	70	90	
итого		150	180	2,1	0,1	10,15	2,7	0,8	13,05	70	90	
Обед	Салат из свеклы с раст.маслом	40	50	1,6	2,7	9	1,3	7,8	4,7	80	135	33
	Щи на к/б со сметаной	150	180	3	4,5	27,4	4,1	8,4	19,25	125,4	107,2	67
	Каша перловая с соусом	110	130	1,44	1,6	3,1	3,8	4,1	29,3	134,7	140,1	186
	Котлета любительская	50	70	6,8	8,7	8,7	7,5	1,5	14,8	56,9	120,4	161
	Хлеб пшеничный	55	73	1,08	1,2	15,8	1	1,2	15,8	61,8	61,8	
	Компот	150	180	0,7	-	7,05	1,2	-	7,5	31,2	65,5	376
итого		555	683	14,62	18,7	71,05	18,9	23	91,35	490	630	
Полдник	Сочник с творог.	50	70	3,5	2	15,3	3,5	2	15,3	107,5	107,5	417,504
	Ряженка	150	180	2,8	5,05	15,15	4,6	7	23,85	102,5	162,5	401
итого		200	250	6,3	7,05	30,45	8,1	9	39,15	210	270	
Итого за весь день:		1260	1525	31,42	35,25	152,25	40,5	44,8	195,75	1050	1350	