

Меню
8 день . 2024 год

Наименование блюд и продуктов	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Завтрак	3-7 лет	б	ж	у	Э.ккал	1-3 года	б	ж	у	Э.ккал
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	5,47	6,75	29,10	199,50	140/3	4,24	4,60	22,61	149,26
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,60	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
Итого:	406	11,43	14,44	55,46	401,96	359	9,82	12,14	46,40	358,54
2-ой завтрак										
СОК (нектар) в индупаковке	200	1,0		20,20	84,44	200	1,0		20,20	84,44
Итого:	200	1,0		20,20	84,44	200	1,0		20,20	84,44
Обед										
Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	40	0,56	4,02	2,92	50,04
Щи со свежей капустой с картофелем , с мясными фрикадельками,,со сметаной .	180/10/7	3,45	5,79	6,02	95,57	150/10/5	3,18	4,89	5,00	81,56
Биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4	50	6,10	3,88	7,34	89,00
Пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,10	120	2,45	3,84	16,35	109,80
Компот из урюка	180	0,40	0,02	16,60	68,20	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого:	702	20,28	23,06	75,64	598,52	550	14,95	17,07	59,28	456,40
Полдник										
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	150/5	0,05	0,02	5,02	20,08
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Итого:	366	16,29	25,09	23,43	384,33	310	14,03	21,74	19,61	329,86
ВСЕГО:	1674	49,00	62,58	174,74	1469,25	1429	39,51	50,94	145,49	1209,30

