

Меню
9 день .2024 год

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	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 пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,60	39,81	241,16	140/3	6,02	4,84	30,97	191,96
Чай с молоком,сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого:	409	14,37	13,83	65,78	445,69	364	11,58	12,93	54,37	383,39
2-ой завтрак										
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	92,60	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Итого:	180	5,22	4,50	7,56	92,60	150	4,35	3,75	6,30	76,00
Обед										
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88	40	0,53	0,04	3,03	14,53
Рассольник ленинградский с мясным бульоне со сметаной	180//7	2,99	8,01	25,60	198,54	150//6	2,51	6,73	21,51	166,84
Гуляш из отварной говядины	40/40	10,69	11,26	2,62	131,20	30/30	8,02	8,45	1,96	98,40
Макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06	110	3,112	3,27	23,42	101,42
Кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24	150	0,45	0,08	15,5	63
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого:	682	22,69	27,69	91,82	693,11	551	16,94	18,99	77,27	513,12
Полдник										
Слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78	35	2,95	3,36	14,64	123,78
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21,00	95,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00
Итого:	328	4,58	3,89	41,87	245,26	295	4,55	3,88	40,82	240,56
ВСЕГО:	1599	46,85	49,91	207,02	1476,06	1360	37,43	39,55	178,76	1213,07