

Меню

Неделя: Вторая

День: Четверг

Сезон: летне - осенний

Возрастная категория 3–7 лет

№ рецеп тура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
94	Каша рисовая , молочная	200	3,44	13,67	11,96	95
1	Бутерброд с маслом сливочным(крестьян) МДЖ-72,5%	30/7	1,98	7,2	14	130
393	Чай с лимоном	180	0,07	0	8,1	32
	Итого за прием:	417	5,48	20,87	45,96	265
399	10.00 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	1 шт.	0,51	0	9	43
ОБЕД						
57	Борщ с капустой и картофелем	200	1,73	4,34	10,28	81
282	Пельмени с маслом	180/5	17,1	13,65	32,4	321
132	Капуста тушеная	40	0,78	1,48	3,8	31,6
376	Компот из сухофруктов	180	0,07	0	19,64	69
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого за прием:	645	23,96	22,11	89,1	636
ПОЛДНИК						
448	Оладьи со сгущенным молоком	50/10	23,6	5,38	3,88	127
397	Какао на молоке	180	3,67	3,19	20	107
	Итого за прием:	240	9,57	7,99	44	270
	Итого за день:		39,52	50,97	188,06	1214

Неделя: Вторая

День: Четверг

Сезон: летне - осенний

Возрастная категория 1–3 года

№ рецептура	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порций грамм	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ЗАВТРАК					
94	Каша рисовая ,молочная	150	2,58	12,75	8,97	71,2
1	Бутерброд с маслом сливочным (крестьян)МДЖ-72,5%	30/7	1,98	6,5	14	130
393	Чай с лимоном	150	0,04	0	6,99	28
	Итого за прием:	337	4,6	19,25	31,96	229,2
399	10.00 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	1 шт.	0,51	0	9	43
	ОБЕД					
57	Борщ с капустой и картофелем	150	1,3	3,25	7,71	61
282	Пельмени с маслом	150/5	17,1	13,65	32,4	321
132	Капуста тушеная	30	0,59	1,11	2,85	23,7
376	Компот из сухофруктов	150	0,06	0	16,36	65
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,13	7,05	35
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого за прием:	535	22,18	18,47	77,11	559,7
	ПОЛДНИК					
235	Оладьи со сгущенным молоком	50/10	23,6	5,38	3,88	127
397	Какао на молоке	150	3,15	2,72	0,49	89
	Итого за прием:	210	9,05	7,52	24,49	252
	Итого за день:		36,34	45,24	142,56	1083,9