

ежедневное меню

Неделя: Первая День вторник

Дата 17.10.2023

Сезон Летне - осеннее возрастная категория 1.5 - 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
93	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.31	3.91	14.13	108.90
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	6.99	28
86	Бутерброд:Сыр российский 50% масло сливоч	30\10\5	6.68	8.45	19.40	180.00
	Итого завтрак:	355	11.03	12.37	40.52	316.9
	2-й завтрак:					
368	Фрукты свежие: Яблоки	1 шт	0.04	0.04	0.08	44.00
	Обед					
58	Борщ из свежей капусты	150	1.09	2.95	7.65	61.50
439\438	Пельмени из говядины	135	15.70	8.90	27.03	255.50
354	Соус сметанный	50	0.04	1.45	1.45	22.23
372	Компот из свежих яблок	160	0.23	0.03	13.57	52.50
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
	Итого обед:	535	20.27	13.75	66.18	473.91
	Полдник:					
449	Печенье	30	1.41	2.01	14.07	142.58
400	Молоко кипяченое	160	4.57	4.54	0.00	85.00
	Итого полдник:	185	5.98	6.55	14.07	227.58
	Итого за день:	1076	17.68	33.07	121.57	1062.39