

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет НА 2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Греча	150	8,55	7,23	44,93	284	67
	рассыпчатая с сахаром	200	11,4	9,64	59,9	378	
	Чай с сахаром	150	0,0	2,29	9,75	37	263
		180	0,76	2,75	11,7	44	
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/4/6	6	5	0,05	96,4	2
		30/5/6		8,18	0,07	117	41
Итого на завтрак			26,71	35,09	126,40	956,4	
2-ой завтрак							
Обед	Суп гороховый с сухарями	150/10	5,49	0,5	19,92	113	36
		200/15	6,37	0,59	24,64	136	58
	Плов из птицы	150	11,54	2,96	29,26	260	398
		200	15,39	3,95	39,01	346	
	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	71	240
	Хлеб ржаной	180	4,25		21,5	85	
Полдник		30	2,9	0,48	14	90	1
		40	3,8	0,64	18,6	107,67	
	Булочка ванильная	60	4,74	4,87	32,69	193	273
	кисель	70	5,53	5,68	38,14	225	
Итого на полд.		150	0,6		16,96	67	383
		180	0,07		17,81	80	
			10,94	10,55	105,6	565	
Итого за весь день			87,51	54,76	416,84	2730,07	