



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 3						
ЗАВТРАК	Каша жидкая ячневая	200	4,94	5,30	23,82	162,32
	Кофейный напиток с молоком	200	3,04	3,34	19,82	119,32
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК						
		445	11,04	12,87	64,29	414,74
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2						
		100	2,70	2,50	10,80	79
ОБЕД						
ПОЛДНИК	Суп картофельный с бобовыми	200	9,86	7,52	24,92	207,24
	Углыш из отварного мяса	90	12,84	17,06	4,71	224,12
	Макаронные отварные	100	5,04	3,77	22,56	144,61
	Компот из с/ф	200	0,04	0,00	15,14	57,62
	Помидор свежий	30	0,18	0,06	1,26	5,97
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
ИТОГО ЗА ОБЕД						
		660	31,12	28,81	87,91	725
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК						
		60	6,37	5,10	45,38	254,55
		200	1,72	1,78	2,64	34,4
		100	0,80	0,20	7,50	38
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК						
		360	8,89	7,08	55,52	326,95
УЖИН						
ИТОГО ЗА УЖИН	Плов из мяса	180	14,85	16,04	39,64	362,45
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	конфеты шоколадные	20	1,98	3,78	16,86	111,51
ИТОГО ЗА УЖИН						
		450	20,11	20,22	75,84	560,54
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
		2015	73,86	71,48	294,36	2106,2
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:						
		2015	73,86	71,48	294,36	2106,2
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:						
		2015	73,86	71,48	294,36	2106,2