

СОГЛАСОВАНО



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 3</b>						
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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>445</b>	<b>11,04</b>	<b>12,87</b>	<b>64,29</b>	<b>414,74</b>
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79</b>
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	9,86	7,52	24,92	207,24
	Гуляш из отварного мяса	90	12,84	17,06	4,71	224,12
	Макароньы отварные	100	5,04	3,77	22,56	144,61
	Компот из сушеных фруктов	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>660</b>	<b>31,12</b>	<b>28,81</b>	<b>87,91</b>	<b>725</b>
ПОЛДНИК	булочка сахарная	60	6,37	5,10	45,38	254,55
	Чай с молоком	200	1,72	1,78	2,64	34,4
	Снежок	100	0,80	0,20	7,50	38
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>360</b>	<b>8,89</b>	<b>7,08</b>	<b>55,52</b>	<b>326,95</b>
УЖИН	плов из мяса	160	14,85	16,04	39,64	362,45
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	конфеты шоколадные	15	1,98	3,78	16,86	111,51
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>20,11</b>	<b>20,22</b>	<b>75,84</b>	<b>560,54</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2015</b>	<b>73,86</b>	<b>71,48</b>	<b>294,36</b>	<b>2106,2</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2015</b>	<b>73,86</b>	<b>71,48</b>	<b>294,36</b>	<b>2106,2</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2015</b>	<b>73,86</b>	<b>71,48</b>	<b>294,36</b>	<b>2106,2</b>