



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети Сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	6,42	5,86	32,68	208,76	185.16
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1	1.2a
	Чай с лимоном	200	0,12	0,00	15,16	59,46	393.1a
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	9,60	10,09	68,49	401,32	
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	3,00	1,00	42,00	192	11
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	3,00	1,00	42,00	192	
ОБЕД	Суп картофельный с крупой "Полевой"	200	5,38	6,92	13,10	136,46	80.1e
	Голубцы ленивые	130	12,40	15,92	14,23	264,43	298 a
	Соус молочный	30	1,12	1,93	4,42	40,03	347.1a
	Картофель отварной	130	2,56	3,50	20,20	122,45	125 a
	огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	7	55
	Кисель быстрого приготовления	200	0,00	0,00	3,90	15,9	379 a
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	701.1	
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	25,81	28,82	81,25	693,07	
ПОЛДНИК	пряники	45	2,16	1,26	34,96	151,11	22
	Йогурт	200	6,00	6,40	9,40	120	404 a
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		245	8,16	7,66	44,36	271,11	
УЖИН	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	7,40	7,22	21,12	179,32	82.1a
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48	392.1a
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	701.1a
ИТОГО ЗА УЖИН		430	9,83	7,52	45,61	281,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2110	56,40	55,09	281,71	1839,4	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2110	56,40	55,09	281,71	1839,4	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2110	56,40	55,09	281,71	1839,4	