

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из пшениной, овсяной, гречневой и других круп (с маслом или сахаром или вареньем)	120	6,29	6,25	26,20	180,97	173
	Бутерброд с маслом сливочным	30	2,04	2,52	12,98	82,91	1
	Какао с молоком сгущенным	150	2,75	1,95	15,30	91,2	383
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		300	11,08	10,72	54,48	355,08	
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,00	0,00	11,50	46	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,50	46	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	150	6,92	9,12	14,68	168,66	108
	Рыба запеченая	50	13,82	2,80	2,07	89,2	1.2
	Рис с овощами	90	2,59	3,48	18,64	117,01	2,2
	Томаты порционно	30	0,00	0,00	0,51	2,04	2,1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,12	0,00	15,91	60,65	349
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		490	25,03	15,60	52,71	482,32	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,04	5,76	8,46	104,4	385
	Королевская ватрушка	35	4,20	4,34	10,26	96,25	1,3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		215	9,24	10,10	18,72	200,65	
УЖИН	Драчена	200	11,42	15,16	6,08	206	216
	Чай с лимоном	150	0,11	0,00	9,89	39,21	377
	Плоды или ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		465	13,03	15,76	25,76	335,84	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	58,38	52,18	163,17	1419,89	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1570	58,38	52,18	163,17	1419,89	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1570	58,38	52,18	163,17	1419,89	