

Меню на 14.03.2024 г (9 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>День 5</b>						
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	200	9,00	11,12	38,30	290,00
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	4,92	7,89	7,45	121,76
ЗАВТРАК	Чай с лимоном (1-й вариант)	150	0,19	0,00	11,42	45,87
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
ОБЕД	Винегрет овощной	40	0,50	4,06	2,94	50,68
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	180	5,87	6,66	10,17	124,31
ОБЕД	Картофельное пюре	130	2,85	4,65	18,81	128,90
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	70	14,83	9,61	12,78	195,62
ОБЕД	Компот из свежих плодов или ягод	150	0,12	0,12	14,17	56,73
ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	1,06	0,19	5,34	27,84
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	180	17,19	10,60	12,71	216,16
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Кофейный напиток	150	0,48	0,11	8,64	35,90
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1465</b>	<b>60,35</b>	<b>55,43</b>	<b>177,61</b>	<b>1455,77</b>

Меню на 14.03.2024 г (9 день)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>День 5</b>						
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	250	11,25	13,90	47,87	362,50
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,33	10,15	9,58	156,55
ЗАВТРАК	Чай с лимоном (1-й вариант)	200	0,26	0,00	15,22	61,16
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
ОБЕД	Винегрет овощной	60	0,74	6,10	4,40	76,01
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	8,15	9,25	14,13	172,65
ОБЕД	Картофельное пюре	150	3,29	5,37	21,71	148,73
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	80	16,95	10,98	14,60	223,56
ОБЕД	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0,16	18,90	75,64
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,80
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	200	19,10	11,78	14,12	240,18
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Кофейный напиток	200	0,64	0,14	11,52	47,86
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1835</b>	<b>72,29</b>	<b>68,57</b>	<b>218,53</b>	<b>1785,14</b>