

Меню на 20.12.2024 г (5 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 5						
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	180	4,95	8,93	25,52	201,89
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	4,92	7,89	7,45	121,76
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,44	2,44	11,48	76,41
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,66	4,03	3,85	54,35
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	9,43	7,92	12,10	157,41
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	70	14,83	9,61	12,78	195,62
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150	5,38	4,71	44,64	244,18
ОБЕД	Пюре из гороха с маслом	150	15,04	3,72	36,29	238,75
ОБЕД	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,00	0,00	7,48	28,43
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Булочка "Алтайская"	70	6,31	3,71	38,65	213,05
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Йогурт	150	7,50	4,80	5,25	102,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1425	71,76	57,86	220,69	1701,85

Меню на 20.12.2024 (5 день)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 5						
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	250	6,88	12,40	35,45	280,40
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,33	10,15	9,58	156,55
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,26	3,26	15,30	101,88
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,98	6,05	5,78	81,52
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	13,10	11,00	16,80	218,62
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	80	16,95	10,98	14,60	223,56
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	180	6,46	5,65	53,57	293,02
ОБЕД	Пюре из гороха с маслом	150	15,04	3,72	36,29	238,75
ОБЕД	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	9,98	37,90
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Булочка "Алтайская"	80	7,22	4,24	44,18	243,48
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Йогурт	200	10,00	6,40	7,00	136,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	86,52	73,95	263,73	2079,68