

Меню на 29.11.2024г (6 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>						
<b>ЗАВТРАК</b>	Плов из риса с черносливом и изюмом	150	3,48	4,23	48,28	243,38
<b>ЗАВТРАК</b>	Бургеры с маслом (2-й вариант)	35	1,63	10,94	8,89	140,70
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с лимоном (1-й вариант)	200	0,26	0,00	15,22	61,16
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
<b>ОБЕД</b>	Суп крестьянский с крупой	250	9,25	12,27	14,18	204,68
<b>ОБЕД</b>	Голубцы ленивые	200	19,10	11,78	14,12	240,18
<b>ОБЕД</b>	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,44	0,16	19,22	77,64
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,80
<b>ОБЕД</b>	Макароны, запеченные с яйцом	180	8,75	14,76	43,96	345,38
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Кофейный напиток	200	0,64	0,14	11,52	47,86
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Фрукты свежие -яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1395</b>	<b>41,12</b>	<b>44,46</b>	<b>192,24</b>	<b>1339,61</b>

Меню на 29.11.2024г (6 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>						
<b>ЗАВТРАК</b>	Плов из риса с черносливом и изюмом	150	3,48	4,23	48,28	243,38
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	35	1,63	10,94	8,89	140,70
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с лимоном (1-й вариант)	200	0,26	0,00	15,22	61,16
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68,00
<b>ОБЕД</b>	Суп крестьянский с крупой	250	9,25	12,27	14,18	204,68
<b>ОБЕД</b>	Голубцы ленивые	200	19,10	11,78	14,12	240,18
<b>ОБЕД</b>	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,44	0,16	19,22	77,64
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,80
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Макароны, запеченные с яйцом	180	8,75	14,76	43,96	345,38
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Кофейный напиток	200	0,64	0,14	11,52	47,86
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	Плоды свежие -яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1715</b>	<b>49,37</b>	<b>55,42</b>	<b>231,67</b>	<b>1628,28</b>