

Меню на 30.10.2024 г (3 день)

Категория Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	В ыход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Ж		
День 5						
ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая	1 80	0,19	9 ,04	6,14	259,15
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	2 5	,16	7 ,81	,35	100,50
ЗАВТРАК	Чай с молоком (1-й вариант)	1 50	,28	1 ,20	3,02	66,57
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	1 00	,30	0 ,10	5,20	68,00
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	4 0	,50	1 ,38	,10	56,80
ОБЕД	Борщ с фасолью и картофелем	1 80	,26	8 ,80	,55	138,20
ОБЕД	Плов из отварной говядины	1 60	3,90	7 ,71	3,94	261,12
ОБЕД	Компот из свежих плодов или ягод	1 50	,33	0 ,12	4,41	58,23
ОБЕД	Хлеб пшеничный	4 0	,04	0 ,32	9,68	94,00
ОБЕД	Хлеб ржаной	4 0	,06	0 ,19	,34	27,84
УПЛОТНЕН НЫЙ ПОЛДНИК	Булочка «Нежная»	6 0	,25	8 ,47	5,56	279,12
УПЛОТНЕН НЫЙ ПОЛДНИК	Йогурт	1 50	,50	4 ,80	,25	102,00
УПЛОТНЕН НЫЙ ПОЛДНИК	Каша пшеничная вязкая	1 80	0,19	9 ,04	6,14	259,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 275	4,77	4 9,94	11,54	1511,53

Меню на 30.10.2024 г (3 день)

Категория:		Дети 3-7 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Ж		
День 5						
ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая	25 0	4,15	2,55	1 0,20	359,93
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	35 0	,63	0,94	1 ,89	140,70
ЗАВТРАК	Чай с молоком (1-й вариант)	20 0	,70	,60	1 7,36	88,76
ЗАВТРАК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	10 0	,30	,10	0 5,20	68,00
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	60 0	,24	,07	2 2,15	85,20
ОБЕД	Борщ с фасолью и картофелем	25 0	,70	2,22	1 1,88	191,95
ОБЕД	Плов из отварной говядины	21 0	8,25	0,12	1 4,54	342,72
ОБЕД	Компот из свежих плодов или ягод	20 0	,44	,16	0 9,22	77,64
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50 0	,80	,40	0 4,60	117,50
ОБЕД	Хлеб ржаной	50 0	,32	,24	0 ,68	34,80
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Булочка «Нежная»	70 0	,29	,88	9 3,15	325,64
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Йогурт	20 0	0,00	,40	6 ,00	136,00
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша пшеничная вязкая	25 0	4,15	2,55	1 0,20	359,93
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	0,67	7,09	558,98	1935,6

