

Сезон: осень-зима

Меню 26 февраля 2024 г. (неделя 2, день 6)



Прием пищи	Наименование блюда	Если (10,5 ч.)					Сад (10,5 ч.)								
		Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры				
			Б	Ж				У	Б			Ж	У		
Завтрак 1															
	Каша молочная вязкая рисовая	150	5,3	9,8	48,0	182	200	7,0	13,0	64,0	7,0	182			
	Чай с сахаром	150	0,07	0	10,9	411	180	0,08	0	13,1	0,08	411			
	Бутерброд с маслом	25/5	2,04	4,42	10,94	1	30/7	2,5	6,2	13,14	2,5	1			
Итого за завтрак			7,41	14,22	69,84	456,2		9,58	19,2	90,24	9,58				
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	100	0,54	0	10,1	42,2				
Обед	Икра кабачковая	30	0,42	1,44	2,55	445	50	0,56	1,92	3,4	33,2	445			
	Щи из свежей капусты с картофелем и фасолью на курином бульоне со сметаной	150	0,96	2,95	6,9	73	200	1,28	3,9	9,2	77,4	73			
	Птица отварная	50	10,6	10,3	0,8	299	70	14,9	14,5	1,14	194,7	299			
	Макароны отварные	110	3,96	4,62	26,84	199	130	4,68	5,46	31,72	195,0	199			
	Соус сметанный с томатом	20	0,36	1,04	1,53	373	30	0,54	1,56	2,29	25,5	373			
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	16,4	394	180	0,07	0	19,6	78,8	394			
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,32	10,9	55,25	30	2,43	0,39	13,08	66,3	394			
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	13,6	54,3	40	2,64	0,48	18,12	72,4				
Итого за обед			20,36	21,03	79,52	579,15		27,1	28,21	98,55	743,3				
Полдник	Плюшка с сахаром	70	5,25	9,24	43,63	424	80	6,3	10,56	48,72	313,6	424			
	Кисло-молочный напиток	160	4,48	5,12	6,56	90,4	180	5,04	5,76	7,4	101,7	420			
Итого за полдник			9,73	14,36	50,19	364,8		11,34	16,32	56,12	415,3				
Итого за день			38,04	49,61	209,65	1442,35		48,56	63,73	255,01	1800,3				