Меню приготавливаемых блюд

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **День 2** | |  |  | | |  | |
| **ЗАВТРАК** | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 180 | 4.47 | 4.54 | 22.03 | 147.38 | 241 |
| Бутерброды с маслом (сливочным) | 20 | 1.59 | 3.23 | 9.93 | 75.3 | 6 |
| Чай с сахаром | 150 | 9.00 | 2.29 | 9.75 | 36.96 | 136 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **350** | **15.06** | **10.06** | **41.71** | **259.64** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | Кисло-молочные продукты | 150 | 4.35 | 3.75 | 6.00 | 79.5 | 4/1 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** | | **150** | **4.35** | **3.75** | **6.00** | **79.5** |  |
| **ОБЕД** | Рассольник со сметаной | 150 | 1.05 | 1.95 | 7.05 | 51 | 9/21 |
| Плов из мяса кур | 150 | 9.84 | 13.08 | 24.72 | 246 | 304/1 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0.28 | 0.00 | 15.99 | 62.88 | 6/11 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1.98 | 0.36 | 10.02 | 49.5 | 2 |
| Хлеб ржаной | 5 | 0.98 | 0.36 | 10.02 | 49.5 | 2 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **475** | **14.38** | **15.82** | **66.15** | **452.27** |  |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 40 | 0.53 | 3.33 | 2.73 | 42.67 | 20/1 |
| Омлет с сыром | 120 | 19,56 | *35,54* | 3,12 | 410,4 | 1 |
| Кисель | 150 | 0.00 | 0.00 | 14.70 | 60 | 122/1 |
| Пряники | 30 | 1.77 | 1.41 | 22.50 | 109.8 | 608 |
| **ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | | **340** | **21,86** | **40,28** | **43,05** | **622,87** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1315** | **55,65** | **69,91** | **156,91** | **1414,28** |  |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | | **1315** | **55,65** | **69,91** | **156,91** | **1414,28** |  |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | | **1315** | **55,65** | **69,91** | **156,91** | **1414,28** |  |

Возрастная категория : Дети 1-3 лет