Меню приготавливаемых блюд

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **День 6** |  |  |  |
| **ЗАВТРАК** | Каша пшенная молочная жидкая | 180 | 4.80 | 4.99 | 22.28 | 153.88 | 244 |
| Чай с лимоном | 150 | 0.16 | 3.04 | 9.98 | 39.44 | 137 |
| Бутерброды с маслом (сливочным) | 20 | 1.59 | 3.23 | 9.93 | 75.3 | 6 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | **350** | **6.55** | **11.26** | **42.19** | **268.62** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | Бананы | 60 | 0.30 | 0.90 | 12.60 | 57.6 | 156 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** | **60** | **0.30** | **0.90** | **12.60** | **57.6** |  |
| **ОБЕД** | Свекольник со сметаной | 150 | 1.40 | 3.72 | 9.63 | 77.67 | 5/23 |
| 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** | **14,48** | **17,52** | **70,38** | **485,55** |  |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | Салат из помидоров и огурцов | 40 | 0.23 | 2.10 | 1.16 | 37.68 | 25/1 |
| Сырники из творога | 120 | 16.26 | 15.92 | 22.67 | 364.9 | 240 |
| Молоко сгущенное | 15 | 1.08 | 1.27 | 8.32 | 49.2 | 490 |
| Кисель | 150 | 0.00 | 0.00 | 14.70 | 60 | 122/1 |
| Печенье | 17 | 1.27 | 1.67 | 12.65 | 70.89 | 609 |
| **ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | **342** | **18.84** | **20.96** | 59.52 | **582,67** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | **1227** | **40,17** | **50,64** | **184,69** | **1394,44** |  |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | **1227** | **40,17** | **50,64** | **184,69** | **1394,44** |  |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | **1227** | **40,17** | **50,64** | **184,69** | **1394,44** |  |

Возрастная категория: Дети 1-3 лет