Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** | | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **День 9** | | | | | | |  | | |
| **ЗАВТРАК** | Каша манная вязкая с маслом сливочным | 180 | 3.96 | 4.50 | 18.01 | 127.08 | | 243 |
| Бутерброды с повидлом | 20 | 1.63 | 0.20 | 16.82 | 74.6 | | 3 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.59 | 2.61 | 11.23 | 77.15 | | 13/11 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | **350** | **7.78** | **7.31** | **46.06** | **278.83** | |  |
| **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** | Суп рыбный | 150 | 4.88 | 3.33 | 3.35 | 63.06 | | 19/22 |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.53 | 2.53 | 21.60 | 125.33 | | 43/3 |
| Биточки (котлеты) из мяса кур | 50 | 9.45 | 9.73 | 8.59 | 158.59 | | 5/10 |
| 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 | 1.23 | 0.43 | 8.37 | 42.89 | | 147 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | **475** | **21.35** | **16.38** | **67.92** | **502.25** | |  |
|  | Запеканка творожно-морковная | 120 | 14.33 | 15.55 | 24.73 | 288.28 | | 81/1 |
| Молоко сгущенное | 15 | 1.08 | 1.27 | 8.32 | 49.2 | | 490 |
| Чай сладкий с лимоном | 150 | 0.16 | 3.04 | 9.98 | 39.44 | | 137 |
| Печенье | 17 | 1.27 | 1.67 | 12.65 | 70.89 | | 609 |
| **ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | | **302** | **16.84** | **21.53** | **55.68** | **447.81** | |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | | **1317** | **50.32** | **48.97** | **175.66** | **1308.39** | |  |
| **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:** | | **1317** | **50.32** | **48.97** | **175.66** | **1308.39** | |  |
| **СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:** | | **1317** | **50.32** | **48.97** | **175.66** | **1308.39** | |  |