

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Картофель в молоке	180	6.39	6.88	27.27	197.93	2/3
	Кофейный напиток с молоком	180	2.86	3.13	13.48	92.57	13/10
	Хлеб с маслом	40	2.60	5.13	15.67	120.67	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11.85	15.14	56.42	411.17	
ЗАВТРАК-2	Сок	100	0.41	0.08	13.10	55	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК-2		100	0.41	0.08	13.10	55	
ОБЕД	Овощи натуральные	40	0.44	0.08	1.52	9.6	112
	Суп картофельный с крупой	180	5.44	6.17	18.00	149.62	16/2
	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	6.08	8.61	8.79	137.37	395
	Макаронные изделия отварные	130	4.61	3.52	27.92	164.38	216
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0.00	0.00	8.98	34.11	516
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.49	64.08	1
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66	2
	ИТОГО ЗА ОБЕД		670	21.58	19.16	93.06	625.16
ПОЛДНИК	Биточки (котлеты) рыбные	120	17.38	2.62	9.88	129.42	9/7
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.49	64.08	1
	Чай с молоком	180	1.42	1.44	11.12	62.14	12/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	21.17	4.36	35.49	255.64	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	55.01	38.74	198.07	1346.97	