

Меню на 17.12.2024 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

День: 2	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г	Жиры , г	Углево -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,50	4,14	12,84	106,20	0,06	69
	Кофейный напиток с молоком	170	2,74	2,27	13,60	85,94	1,105	264
	Батон	20	1,54	0,56	11,10	45,40	0	
	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,073	6
	Итого за прием		11,10	9,92	37,54	273,54	1,24	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2,34	2,88	9,90	74,70	0	270
	Итого за прием		2,34	2,88	9,90	74,70	0,00	
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	40	1,70	3,80	4,80	59,58	5,6	12
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,96	3,03	9,26	81,00	6,72	83,121
	Биточки (котлеты, шницели) рыбные	60	5,85	3,26	21,23	85,50	0,315	163
	Рис припущенный	110	2,88	3,44	29,36	160,00	0	211
	Сок	150	0,30	0,20	16,30	68,00	1,667	268
	Хлеб пшеничный	10	0,66	0,07	4,67	22,35	0	
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	17,38	0,01	
	Итого за прием		16,01	13,92	88,96	493,81	14,31	
Уплотненный полдник	салат из отварной моркови с зеленым горошком"Витаминка"	40	0,50	0,04	4,25	28,40	1,92	ТТК 19
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,07	0,02	
	Суп молочный с геркулесовой крупой	190	5,59	16,99	140,39	0,84	69,00	69
								278,283,30
	Ватрушка с творогом	60	1,35	2,33	2,85	181,50	0,075	4
	Компот из чернослива	180	0,39	0,02	24,98	108,60	0,36	253
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		10,21	20,05	194,28	422,93	81,37	
	Итого за день		39,66	46,77	330,68	1264,98	96,93	

Стоимость за день:

Руб-98.63

Меню на 17.12.2024 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 2	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г	Жиры , г	Углево- -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	200	6,00	5,52	17,12	141,60	0,08	69
	Кофейный напиток с молоком	180	2,90	2,40	14,40	98,00	1,17	264
	Батон	25	2,31	0,84	16,65	68,10	0	
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,11	6
	Итого за прием		14,69	13,19	48,17	361,70	1,36	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0	270
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0	
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	60	2,55	5,70	7,20	89,37	8,4	12
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,28	4,04	12,35	108,00	8,96	83,121
	Рыба, припущенная с овощами	100	9,67	4,40	3,74	105,49	3,714	156
	Рис припущенный	130	3,12	3,73	31,81	173,33	0	211
	Сок	180	0,36	0,24	19,56	81,60	2	268
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,76	0,02	
	Итого за прием		23,29	18,44	88,34	626,08	23,10	
Уплотненный полдник	салат из отварной моркови с зеленым горошком"Витаминка"	60	0,75	0,06	6,37	35,10	2,88	ТТК 19
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,07	0,02	
	Суп молочный с геркулесовой крупой	200	5,59	5,59	16,99	140,39	0,84	69
								278,283,30
	Ватрушка с творогом	60	1,03	1,78	2,18	138,65	0,057	4
	Компот из чернослива	200	0,43	0,02	27,76	114,00	0,4	253
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		10,39	8,13	80,36	553,73	18,70	
Итого за день			51,23	43,28	228,97	1632,80	43,16	

Стоимость за день:

Руб-106.34