

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Py6-165.45

Меню на 18.06.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г всего	Жиры , г всего	Углево- -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур ы
День: 3								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным "Полезная"	175	5,56	5,13	19,39	150,94	0,7875	ТТК 15/1
	Батон	20	1,54	5,60	11,07	45,40	0	
	Печенье	15	1,05	2,10	10,35	64,50	0	
	Чай с молоком	200	3,00	2,56	13,89	98,89	0,0333	
	Итого за прием		11,15	15,38	54,69	359,73	0,82	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0,50	
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0,50	
Обед	Свекла отварная(кубиками)	60	1,20	6,00	21,30	62,00	1,30	ТТК 20/1
	Суп с перловой крупой и сметаной	200	2,20	2,46	13,96	90,64	7,26	
	Капуста тушеная с мясом говядины	230	8,09	7,95	10,78	315,45	22,909	
	Компот из кураги и изюма	200	0,44	7,78	25,78	82,22	0,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,18	9,80	42,80	0	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	8,82	37,40	0	
	Итого за прием		14,91	24,59	90,44	630,52	31,87	
Уплотненный полдник	Картофель отварной	180	3,72	5,04	26,92	165,20	26,4	ТТК 41
	Рыба, припущенная с овощами	140	12,54	5,15	5,23	147,69	5,2	
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,23	11,25	43,50	0	
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,28	10,02	36,75	0	
	Напиток из лимона	200	0,11	0,00	12,00	78,889	3,7778	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	
	Итого за прием		20,69	11,09	80,47	538,03	49,88	
	Итого за день		49,61	54,58	237,70	1619,5	83,06	
Сумма за день:								Руб- 167.36