

Меню на 20.12.2024 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

День: 5	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным "Солнышко"	150	3,45	4,56	19,65	134,85	0	ТТК 13
	Кофейный напиток с молоком	180	2,90	2,40	14,40	91,00	1,17	264
	Батон	12	0,92	0,34	6,66	27,24	0	
	Сыр (порциями)	8	1,86	2,36	0,00	28,80	0,0587	6
	Итого за прием		9,13	9,66	40,71	281,89	1,23	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2,34	2,88	9,90	74,70	0,00	270
	Итого за прием		2,34	2,88	9,90	74,70	0,00	
Обед	Икра кабачковая	30	0,74	2,01	3,61	44,79	0,96	
	Суп-пюре из мяса	150	4,38	3,72	7,50	81,00	0,234	105
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	110	2,29	2,93	16,50	92,00	0	209
	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	9,45	9,83	10,13	157,25	0,5025	202
	Напиток из натурального сока	150	0,08	0,08	22,00	76,67	0,5833	ТТК 43
	Хлеб ржаной	13	0,91	0,14	5,73	24,31	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,09	4,90	21,40	0,00	
	Итого за прием		18,64	18,80	70,37	497,41	2,28	
Уплотненный полдник	Салат из моркови с растительным маслом "Рыжик"	40	0,50	0,04	4,25	23,40	1,92	ТТК 10/1
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,09	4,90	21,40	0,00	
	Суп молочный с геркулесовой крупой	180	4,21	4,71	14,31	118,22	0,6737	69
	Пудинг из творога с изюмом "Особенный"	90	14,67	3,33	18,00	153,33	0,3333	ТТК 26
	Кисель из кураги	180	0,70	0,00	14,90	62,00	0,16	380
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		21,26	8,57	66,15	422,36	13,09	
	Итого за день		51,38	39,91	187,13	1276,36	16,60	

Стоимость за день:

Руб-96.45

/ А.М. Арасланова

Меню на 20.12.2024 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 5	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным "Солнышко"	200	4,60	6,08	26,20	179,80	0	ТТК 13
	Кофейный напиток с молоком	180	2,90	2,40	14,40	91,00	1,17	264
	Батон	20	1,54	0,56	11,10	45,40	0	
	Сыр (порциями)	12	2,78	3,54	0,00	43,20	0,088	6
	Итого за прием		11,82	12,58	51,70	359,40	1,26	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0,00	270
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0	
Обед	Икра кабачковая	50	1,23	3,34	6,02	71,31	1,6	
	Суп-пюре из мяса	200	5,84	4,96	10,00	108,00	0,312	105
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	130	2,71	3,47	19,50	117,00	0	209
	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	12,60	13,10	13,50	213,00	0,67	202
	Напиток из натурального сока	180	0,10	0,10	25,72	101,33	0,6821	ТТК 43
	Хлеб ржаной	15	1,05	0,17	6,61	28,05	0	
	Итого за прием		23,53	25,13	81,36	638,69	3,26	
	Уплотненный полдник							
	Салат из моркови с растительным маслом "Рыжик"	60	0,75	0,06	6,37	35,10	2,88	ТТК 10/1
	Хлеб ржаной	10	0,70	0,11	4,41	18,70	0	
	Суп молочный с геркулесовой крупой	180	4,74	5,30	16,10	133,00	0,7579	69
	Пудинг из творога с изюмом "Особенный"	110	20,17	4,58	24,75	224,58	0,4583	ТТК 26
	Кисель из кураги	200	0,78	0,00	16,56	68,89	0,1778	380
	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		27,73	10,45	83,23	546,27	18,77	
	Итого за день		65,94	51,69	228,39	1635,67	23,30	
Стоимость за день:								Руб-107.25