

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Py6-165.25

Меню на 21.05.2025 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	0,787 5	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	
10:00	Чай с молоком	200	3,00	2,56	13,89	98,89	0,033 3	263
	Итого за прием		11,15	15,38	54,69	359,73	0,82	
	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	Салат из свежих огурцов	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	
Уплотненный полдник							22,90 9	196
	Капуста тушеная с мясом говядины	230	8,09	7,95	10,78	315,45	0,4	
	Компот из кураги и изюма	200	0,44	7,78	25,78	82,22	0	253
	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	
	Картофель отварной	180	3,72	5,04	26,92	165,20	26,4	76
	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	156
	Хлеб ржаной	25	1,75	0,28	10,02	36,75	0	
							3,777 8	ТТК 41
	Напиток из лимона	200	0,11	0,00	12,00	78,889	10	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	4,5	368
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	49,88	
	Итого за прием		20,69	11,09	80,47	538,03	1619,5	
	Итого за день		49,61	54,58	237,70	7	83,06	
	Сумма за день:							