

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Py6-98.56

Меню на 26.03.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г	Жиры , г	Углево -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур ы
			всего	всего				
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	263
	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	80;48
	Капуста тушеная с мясом говядины	230	8,09	7,95	10,78	315,45	22,909	196
	Компот из кураги и изюма	200	0,44	7,78	25,78	82,22	0,4	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	
Уплотненный полдник	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	156
	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	ТТК 41
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	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	
						1619,5		
	Итого за день		49,61	54,58	237,70	7	83,06	

Сумма за день:

Рyb-107.23