

Меню на 26.11.2024 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

День: 7	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	3,15	3,90	20,25	130,50	0,00	ТТК 13
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	266
	Батон	13	1,00	0,36	7,22	29,51	0	
	Сыр (порциями)	10	1,86	2,36	0,00	28,80	0,059	6
	Итого за прием		9,68	9,82	43,29	295,81	1,49	
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	
Обед	Салат из зеленого горошка "Детский"	40	11,93	2,07	2,50	43,44	4,4	ТТК 10/4
	Борщ с мясом со сметаной	180	7,06	5,26	9,86	125,20	11,52	62
	Биточки(котлеты) рыбные "Рыбка"	60	5,85	3,26	21,23	85,50	0,315	ТТК 17
	Картофельное пюре с морковью	130	2,48	4,00	15,60	107,90	13,65	216
	Компот из кураги и изюма	150	0,33	5,83	20,83	61,67	0,3	253
	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	
	Итого за прием		29,62	20,70	82,04	483,30	30,20	
Уплотненный полдник	Салат из белокачаной капусты с яблоками"Осень"	40	0,45	1,50	3,00	25,00	14	ТТК 121
	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	
	Сырники из творога	90	15,27	10,18	9,45	176,91	0,24	142
	Соус молочный сладкий	15	0,26	0,68	1,99	15,38	0,049	351
	Чай с соком	180	0,09	0,00	10,80	43,20	0,207	ТТК 4
	Молоко кипячёное	155	4,72	4,20	7,81	77,83	2,12	269
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		22,51	17,14	50,86	422,05	26,63	
	Итого за день		64,16	50,54	186,08	1275,85	58,32	

Стоимость за день:

Руб-97.63

Меню на 26.11.2024 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 7	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным "Солнышко"	190	7,60	6,65	25,65	183,35	0,00	ТТК 13
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	266
	Батон	20	1,54	0,56	11,10	45,40	0	
	Сыр (порциями)	12	2,32	2,95	0,00	36,00	0,073	6
	Итого за прием		15,13	13,35	52,57	371,75	1,50	
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 зеленого горошка "Детский"	60	1,80	3,10	3,75	60,16	6,6	ТТК 10/4
	Борщ с мясом со сметаной	200	7,84	5,84	10,96	138,00	12,8	62
	Биточки(котлеты) рыбные "Рыбка"	80	7,80	4,35	28,30	114,00	0,42	ТТК 17
	Картофельное пюре с морковью	150	2,86	4,62	18,00	124,50	15,75	216
	Компот из кураги и изюма	200	0,44	7,78	27,78	82,22	0,4	253
	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,16	11,68	55,88	0	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,44	0,03	
	Итого за прием		24,04	26,15	108,81	618,20	36,00	
Уплотненный полдник	Салат из белокачаной капусты с яблоками "Осень"	50	0,90	3,00	6,00	50,00	28	ТТК 121
	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	
	Сырники из творога	110	19,09	12,73	11,82	233,64	0,3	142
	Соус молочный сладкий	20	0,35	0,90	2,65	20,50	0,065	351
	Чай с соком	200	0,10	0,00	12,00	48,00	0,23	ТТК 4
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	
	Молоко кипячёное	150	4,57	4,07	7,56	85,00	2,05	269
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		26,93	21,28	63,09	542,86	45,16	
	Итого за день		68,96	64,30	236,57	1624,12	82,66	

Стоимость за день:

Руб-108.34