

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Py6-165.24

Правое гидро, Г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур ы
19,39	150,94	0,7875	ТТК 15/1
11,07	45,40	0	
10,35	64,50	0	
13,89	98,89	0,0333	263
54,69	359,73	0,82	
12,10	91,30	0,50	
12,10	91,30	0,50	
21,30	62,00	1,30	ТТК 20/1
13,96	90,64	7,26	80;48
10,78	315,45	22,909	196
25,78	82,22	0,4	253
9,80	42,80	0	
8,82	37,40	0	
90,44	630,52	31,87	
26,92	165,20	26,4	76
5,23	147,69	5,2	156
11,25	43,50	0	
10,02	36,75	0	
12,00	78,889	3,7778	ТТК 41
9,80	44,00	10	368
5,25	22,00	4,5	
0,47	538,03	49,88	
	1619,5		
237,70	7	83,06	

Рyб-167.36

Меню на 30.07.2025 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 80;48 196 253
	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 41 368
	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	1619,57	83,06	
Сумма за день:								
Рyб-167.36								