

Меню на 04.02 2023г.

Завтрак	Выход блюд		Стоимость		белки		жиры		углеводы		Ккал	
	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	до 3-х лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет	до 3-х лет	от 3-до 7 лет
<b>1-й завтрак</b>												
1. Каша вязкая молочная пшенно-рисовая	150	180	8,19	9,34	4,09	4,95	6,85	7,89	23,39	26,34	169	191
2. Кофейный напиток на молоке	150	180	6,36	7,89	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36	70	91
3. Батон	30	40	2,85	3,80	2,3	3,1	0,2	0,2	15,1	20,1	71	94,7
4. Сыр порциями	8	10	3,68	4,60	1,74	2,32	2,22	2,95	0	0	27	36
<b>2-й завтрак</b>												
1. Печенье	10	30	1,15	3,45	0,75	2,25	0,98	2,94	7,44	22,37	41,7	125,1
2. К/молочн продукт Снежок	150	180	9,15	10,98	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2	75	90
<b>Итого:</b>	<b>498</b>	<b>620</b>	<b>31,38</b>	<b>40,06</b>	<b>15,57</b>	<b>20,69</b>	<b>16</b>	<b>20,89</b>	<b>62,56</b>	<b>90,37</b>	<b>453,7</b>	<b>627,8</b>
<b>Обед</b>												
1. Салат из св. овощей с яблок	40	60	2,34	3,10	0,52	0,82	3,05	4,07	13,3	18,4	40,35	55,6
2. Рассольник со сметаной на мясном бульоне	150	200	22,53	30,07	5,97	6,09	3,04	4,04	6,56	8,74	62	83,2
3. Котлета сочная	60	60	17,54	17,66	9,86	9,86	9,02	9,02	3,14	3,14	149,42	149,42
4. Соус томатный	50	50	2,66	2,66	0,54	0,54	1,86	1,86	3,46	3,46	33,45	33,45
5. Каша гречневая рассыпчат.	130	150	4,74	6,06	6,33	7,6	5,65	6,8	31,1	37,3	204,9	245,9
6. Компот из свежих фруктов	150	180	2,79	3,84	0,18	0,22	0,06	0,07	19,47	23,36	76,5	91,8
7. Хлеб ржаной	40	50	2,24	2,80	2,64	3,3	0,4	0,5	16,08	20,1	76	95
<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>750</b>	<b>54,84</b>	<b>66,19</b>	<b>26,04</b>	<b>28,43</b>	<b>23,08</b>	<b>26,36</b>	<b>93,11</b>	<b>114,5</b>	<b>642,62</b>	<b>754,37</b>
<b>Уплотненный полдник</b>												
1. Салат морковный	40	60	1,85	2,79	0,47	0,73	3,01	4,01	5,02	7,7	46,69	66,22
2. Суфле рыбное	65	75	20,51	23,49	9,54	11,03	5,31	6,4	2,44	2,87	96	112,8
3. Соус сметанный с томатным	20	30	1,40	1,85	0,31	0,47	0,69	1,03	1,46	2,18	2,26	3,39
4. Кисель из свежеморож.ягод	150	200	7,18	9,12	0,32	0,52	0,04	0,05	15,86	19,82	62,47	78,51
5. Хлеб пшеничный	30	40	1,98	2,64	2,52	3,37	0,31	0,43	15,47	20,6	74,7	99,62
6. Фрукт	100	100	17,50	17,50	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44
<b>Итого:</b>	<b>405</b>	<b>505</b>	<b>50,42</b>	<b>57,40</b>	<b>13,56</b>	<b>16,52</b>	<b>9,76</b>	<b>12,32</b>	<b>50,05</b>	<b>62,97</b>	<b>326,12</b>	<b>404,54</b>
<b>Всего:</b>	<b>1523</b>	<b>1875</b>	<b>136,63</b>	<b>163,64</b>	<b>55,17</b>	<b>65,64</b>	<b>48,84</b>	<b>59,57</b>	<b>205,72</b>	<b>267,84</b>	<b>1422,44</b>	<b>1786,71</b>