

Ежедневное меню

Сезон: Весенне-летний; возрастная категория 1,5 – 3 лет

Неделя: вторая, день ПОНЕДЕЛЬНИК

09.09.2024

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
213	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	63
168	Каша ячневая вязкая	105	2,45	2,24	24,75	131
	Икра кабачковая детская	40	4,8	1,92	2,55	25
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	0	28
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	365	14,35	9,14	38,17	301
	2- ЗАВТРАК					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	ОБЕД					
81	Суп картофельный с горохом	150	3,19	3	11,89	88,5
247	Котлеты рыбные Любительские	70	9,36	3,29	6,99	94,5
321	Картофельное пюре	120	2,67	3,66	17,89	117
71	Помидоры свежие	30	0,33	0,05	0,75	7
71	Огурцы свежие	30	0,33	0,05	0,75	7
376	Компот из сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	580	17,57	10,33	61,06	408
	ПОЛДНИК					
	Печенье/пряники промышленного производства	30				
395	Кофейный напиток с молоком	150	4,58	4,08	7,58	7,93
	Итого:	180	4,58	4,08	7,58	7,93
	Всего:	1095	36,5	23,55	106,8	716,9