

Ежедневное меню

Сезон: Весенне-летний; возрастная категория 3-7лет

Неделя: первая,

день СРЕДА 21.08.24

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
93	Суп молчный с макаронными изделиями	200	3,44	3,67	11,96	95
397	Какао с молоком	180	3,36	2,9	0,52	95
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	410	8,78	6,93	23,07	244
	2- ЗАВТРАК					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	ОБЕД					
81	Суп картофельный с фасолью №120	200	4,3	4	15,85	118
298	Голубцы ленивые	80/15	5,4	5,6	4,8	92
321	Картофельное пюре	150	3,08	4,22	20,64	135
71	Помидоры свежие	40	0,35	0,06	0,82	9
71	Огурцы свежие	40	0,35	0,06	0,82	9
377	Чай с лимоном	180	0,18	0	13,47	58
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Хлеб Шпаковский	25	1,32	0,24	7,06	36
	Итого:	760	16,96	14,54	74,05	511
	ПОЛДНИК					
212	Лапшевник с творогом	120	9,67	7,83	29,35	228
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
	Итого:	300	12,52	10,24	43,71	319
	Всего	1470	48,26	41,71	160,83	1085