

Ежедневное меню

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

Неделя: первая,
день **ВТОРНИК 20.08.2024**

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК		Б	Ж	У	
168	Каша манная молочная с маслом сливочным, мдж72,5%	150	3,98	3,81	20,64	70,27
395/396	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
7	Сыр Российский твердый порциями	10	2,32	2,95	0	36
	Итого:	340	10,62	9,12	41,86	230,27
	2- ЗАВТРАК					
399	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,75	0	0,3	64
	ОБЕД					
67	Щи из свежей капусты	150	1,044	2,931	5,09	50,58
277	Гуляш из отварного мяса	60/60	15,42	12,41	3,96	189
165	Каша рассыпчатая гречка	135	3	2,51	16,29	100
376	Компот из сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	585	21,81	18,231	49,63	447,58
	ПОЛДНИК					
449	Коврижка с повидлом	65	5,18	1,26	26,66	190
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	0	77
	Итого:	215	7,83	3,59	26,66	267
	Всего	1340	41,01	30,941	118,5	1008,9