

МЕНЮ
23 августа 2024г
Ясли 1 – 3 лет

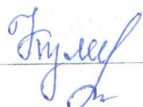
	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная манная вязкая	150	2,6	7,2	36,6	155,9	2008/184
2	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/5	3,7	6,3	5,8	94,7	2014/1
3	Напиток кофейный с молоком цел	150	1,8		16,5	75,5	2008/432
	<i>Итого за завтрак</i>	<i>335</i>	<i>8,1</i>	<i>13,5</i>	<i>58,9</i>	<i>326,1</i>	
1	Сок фруктовый	100			12	50	2008/442
	<i>Итого за 2-ой завтрак</i>	<i>100</i>			<i>12</i>	<i>50</i>	
ОБЕД							
1	Помидор соленный	30	0,3		0,5	3,9	2008
2	Суп картофельный с рыбными консервами (поре)	150	1,4	3,6	7,8	69,4	2011/87
3	Суфле куренное	50/30	9,5	5,5	4,1	104,6	2012/312
4	Капуста тушенная	100	2,6	3,2	7	67,7	2011/311
5	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
6	Компот из изюма	150			16,3	67,9	2008/401
	<i>Итого за обед</i>	<i>550</i>	<i>16,2</i>	<i>12,8</i>	<i>48,3</i>	<i>379,7</i>	
ПОЛДНИК							
1	Молоко кипяченное	150	2,3	2,4	3,5	45	2008/434
2	Булочка «Домашняя» молочная	50	2,7	1,0	11,1	103,0	2012/453
	<i>Итого за полдник</i>	<i>200</i>	<i>5,0</i>	<i>3,4</i>	<i>14,6</i>	<i>148,0</i>	
УЖИН							
1	Тефтели из мяса и риса «Ежики»	50/30	5,3	7,6	26,0	214,6	2011/267
2	Картофель отварной	100	1,9	4,9	6,6	105,6	2012/125
3	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
4	Напиток из плодов шиповника	150	0,5		9,2	79,1	2008/441
	<i>Итого за ужин</i>	<i>370</i>	<i>10</i>	<i>12,7</i>	<i>56,6</i>	<i>469,8</i>	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		39	42	190	1374	

Калькулятор  М.С. Куликова

МЕНЮ
23 августа 2024г
Сад 3 – 7 лет

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная манная вязкая	200	3,4	9,6	41,6	207,9	2008/184
2	Бутерброд с маслом и сыром	40/10/5	4,7	8	7,2	119,9	2014/1
3	Напиток кофейный с молоком цел	180	2,1	0,1	19,8	90,6	2008/432
	Итого за завтрак	430	10,2	17,7	68,6	418,4	
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	150			18	75	
ОБЕД							
1	Помидор соленный	40	0,3		0,6	5,2	2008
2	Суп картофельный с рыбными консервами	180	6,5	2,2	12	95,2	2012/87
3	Кнели куриные	100	9,5	12,5	4,1	147,5	2012/312
4	Капуста тушенная	130	3,4	4,2	9,1	88	2011/311
5	Хлеб ржано – пшеничный	50	3,1	0,6	15,8	82,7	2008
6	Компот из изюма	180			16,3	67,9	2008/401
	Итого за обед	700	22,8	19,5	47,1	486,5	
ПОЛДНИК							
1	Молоко кипяченое	200	3,0	3,2	4,7	60	2008/434
2	Булочка «Домашняя» молочная	50	2,7	1,0	11,1	103	2008/464
	Итого за полдник	250	5,7	4,2	15,8	163	
УЖИН							
1	Тефтели из мяса и риса «Ежики»	70/30	15,3	7,6	26,0	214,6	2011/267
2	Картофель отварной	150	2,9	5,9	9,9	143,4	2012/125
2	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	94	2008
3	Напиток из плодов шиповника	180	0,6		23	94,9	2008/441
	Итого за ужин	470	21,8	13,8	78,6	546,9	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		61	55	228	1690	

Калькулятор



М.С. Куликова