

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

14.05.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Каши Манная каша м.	150	5,6	6,4	22,6	142,8	32
	Клей с маслом	20,6	1,54	4,45	9,92	26	16
	Кор. каша на сгущен. моло	150	2,14	2,32	12,25	48	2
	Итого завтрак		9,34	10,59	44,44	336,8	
2 завтрак							
	Мектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	95	0,36	0,27	9,27	42,31	46
	Итого завтрак2		0,56	0,37	19,37	88,31	
Обед							
	Суп с клеевой кашей	120	2,41	2,89	8,48	40,20	54
	Компот фруктовый с м.с	150	2,29	4,81	9,36	95,4	53
	Салат картофель с св. овощ	30	0,63	5,09	4,23	66	91
	Компот из фруктов	150	0,4	-	14,01	42	9
	Клей пшеничный	20	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Клей соевый	40	2,24	0,48	19,46	92,8	
	Итого обед		9,54	13,47	68,48	443,6	
Полдник							
	Молоко	150	4,35	4,8	6	88,5	
	Батон	20	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Итого за полдник		5,95	5	15,64	135,7	
Ужин							
	Гречневая каша с маслом	130	10	26,14	41,89	404,08	55
	Чай с сахаром	150	0	0	8,98	30	13
	Итого за ужин		10	26,14	50,87	434,08	
	Итого за день		35	56	199	1438	