

МЕНЮ

Неделя: первая

2 день - Вторник

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
	Завтрак								
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	3.97	2.5	4.76	0.5	15.47	121.4	0.44
17/10	Какао с молоком	150	2.91	2.18	2.61	0.57	17.18	103.5	0.4
2/13	Хлеб пшеничный с маслом и яйцом	30/5/20	4.86	2.58	6.17	0.24	14.97	138	0
	Итого за прием	355	11.74	7.26	13.54	1.31	50.89	362.9	0.48
	2 Завтрак								
	кефир	80	2.19	2.32	2.26	0	2.95	69	0.23
	Итого за прием	80	2.19	2.32	2.26	0	2.95	69	0.23
	Обед								
31/1	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	30	0.44	0	2.04	2.04	2.92	42.96	1.45
33/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной, с мясом говядины	150	3.87	2.87	5.15	2.94	7.05	112.9	4.47
11/7	Тефтели рыбные в соусе	60	5.11	4.62	2.78	1.02	5.05	76.75	0.28
10/3	Морковь, тушенная	130	1.82	0.22	5.13	0.14	11.22	113.8	2.22
7/10	Компот из сухофруктов	150	0.37	0	0.02	0.01	13.44	56.55	0.12
	Хлеб ржаной	40	2.64	0	0.48	0.48	13.36	77.35	0
	Итого за прием	560	13.81	4.84	15.6	6.63	53.04	480.3	7.09
	Полдник								
	Сок (100)	100	0.5	0	0.1	0	10.1	43.24	2
	Фрукты	205	0.7	0	0.73	0.82	18.29	91.11	8.2
	Итого за прием	205	1.2	0	0.74	0.82	28.39	134.4	10.2
	Ужин								
37/3	Запеканка капустная	150	5.19	0.16	6.99	1.9	21.63	103.2	30.07
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0	0.24	0.24	14.76	63.56	0
#####	Сдоба обыкновенная	60	5.36	0.84	4	3.68	33.09	124.5	0.1
11/10	Чай с молоком	180	1.26	1.31	1.28	0.01	10.1	45.09	0.24
	Итого за прием	420	14.09	2.31	12.51	5.83	79.58	351.3	30.41
	Итого за день	1632	43.59	17.16	45.2	14.7	215.1	1398	48.41
	Норма (Дошкольные организации. 2-3 года. СанПиН 2.4.1.3049-13)		42	27.3	47	0	203	1400	0
	Отклонение		9	-1.04	2.73	15.91	26.46	-2	54.17
	Содержание, % от калорийности		13		28		56		

Цена дня - 102,98 руб.

Дата составления
Дата печати
Группа
Физ.Норма

#####

Сад
Дошкольные организации. 3-7 лет. СанПиН 2.4.1.3049-13