

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ на 22 апреля 2022г.

День: шестой
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с манной крупой	200	5,27	6,28	23,68	176,54	58
Хлеб пшеничный	15	0,96	0,12	7,17	34,65	
Какао с молоком	200	2,91	3,3	14,75	104,97	387
Печенье	25	1,0	4,8	15,75	100,25	
ИТОГО за завтрак :		10,14	14,5	61,35	415,41	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Яблоки свежие	95	0,29	-	9,56	40,85	90
ИТОГО за завтрак и 2 завтрак:	535	10,43	14,5	70,91	457,26	
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками	200	1,84	2,63	13,98	105,25	69
Тефтеля рыбная	80	12,58	16,84	20,15	250,7	298
Салат из свеклы отварной	50	0,59	1,88	4,07	48,27	
Сок фруктовый	190	0,95	-	19,19	87,4	407
Хлеб ржаной	40	2,2	0,36	15,84	77,6	
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,20	11,95	57,75	
ИТОГО за обед:	695	19,95	22,85	86,50	626,97	
ПОЛДНИК						
Пирожок с повидлом	70	3,6	4,32	25,21	189,2	455
Кисломолочный напиток	180	5,04	3,5	6,48	75,62	406
ИТОГО за полдник:	250	8,64	7,82	35,69	264,82	
ВСЕГО за день:		39,02	45,17	189,1	1349,05	