

МЕНЮ

10 октября 2024 г.

ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Примеры блюд, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
		Белок, г	Жир, г	Углевод, г		
Завтрак						
ОМЛЕТ ТРИТАЙ-ВОЛТАЙ	150	11	0	22,1	101,1	199
С.П.	10	0,1	0,0	0,1	75	0
ВАТОН	30	1,3	10,0	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,7	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	400	6,9	10	46	343,0	
Завтрак						
СОК	150	0,4	0	22,1	151,1	199
Обед						
НИКА КАВАЧКОВАЯ	30	2,2	0,1	4,7	87,2	14
БЛЮДО "ПЕТИТЪ" ДЛЯ АДЛЕН (КОЛОМБИЧА (картофель, морковь, корень сельтерия, перец сладкий, лук репчатый, томаты свежие, масло растительное)	180	3,6	0	9,8	117,2	08
ГОРОХОВЫЕ СУПЕ	150	3,4	0	23,6	152,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	30	0,9	1,1	15,7	76,1	304/357
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДЫЙ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	395
ХЛЕБ ШПИЦЕННЫЙ	20	1,5	0,0	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАВЫЙ	20	1,3	0,2	9,3	43,9	
Итого за прием пищи:	700,00	23,9	27	78,7	654,0	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	130	4	1,1	18,1	125,1	370
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	30	0,7	1,1	13,1	10,1	304/357
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ШПИЦЕННЫЙ	20	1,5	0,0	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	430	15,4	15,0	53,7	410,2	
Всего за день:		54,5	65,3	249,1	1800,7	