



Меню приготавливаемых блюд
 19.01.2024г

День питания
 Период: первая, 5-й день
 Возрастная категория: дети

№ рецептур	Наименование	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	С	Ca	Fe
	Питание 1 День 3 Завтрак										
27	Каша гречневая молочная на воде	150	4,030	5,580	6,480	146,000	0,130	0,010	1,130	9,200	1,990
51	Кофейный напиток с молоком	100	4,150	4,110	17,200	121,000	0,030	0,110	1,100	100,000	0,100
59	Хлеб пшеничный 2	20	1,580	0,200	9,640	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
61	Масло сливочное	5	0,040	3,600	0,060	31,350	0,001	0,005	2,500	0,600	0,010
	Итого за завтрак	335,00	10,040	13,790	33,800	346,350	0,181	0,121	5,230	113,800	2,360
	2-й завтрак										
55	Сок фруктовый	150	0,000	0,000	18,000	75,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400
	Итого за 2-й завтрак	150	0,000	0,000	18,000	75,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400
	Обед										
1	Суп молочный	180	3,200	3,890	9,540	101,600	0,040	0,030	6,700	18,900	0,500
9	Котлеты, биточки из говядины	60	9,270	6,930	9,420	116,470	0,060	0,110	0,690	27,300	0,890
37	Икра из отварной свеклы	80	1,940	5,520	11,440	301,420	0,020	0,200	6,300	35,200	1,400
59	Хлеб пшеничный 2	20	1,580	0,200	9,640	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
58	Рисовый (рисово-пшеничный)	36	2,380	0,430	12,000	62,640	0,061	0,029	0,000	12,600	1,600
45	Компот из свежих яблок	100	0,131	0,131	12,420	53,360	0,000	0,070	1,100	292,000	0,100
	Итого за обед	436	16,501	19,501	64,780	689,490	0,262	0,445	14,690	390,000	3,950
	Полдник										
	Горюшек концентрированный	65	0,9	0,5	6,3	6,92	0,02	3	11,3	7,2	
64	Котлеты, биточки рыбные	70	2,610	2,620	5,780	92,890	0,050	0,080	0,300	24,000	0,400
15	Хлеб пшеничный 2	20	1,580	0,200	9,640	47,000	0,020	0,006	0,500	4,000	0,260
59	Печенье	22	1,120	1,770	11,230	61,560	0,030	0,020	0,000	8,700	0,600
49	Чай с сахаром	100	0,000	0,000	10,000	20,500	0,000	0,000	0,000	0,750	0,000
	Итого за полдник	372	5,310	4,590	36,670	222,960	0,100	0,106	0,800	37,450	1,320
	Итого за день:	963,00	21,851	27,691	119,510	1198,667	0,378	0,566	19,990	435,050	6,680