

Меню приготавливаемых блюд
23.01.2024г



День: вторник
Неделя: вторая, 2-й день
возрастная категория: сад

№ рецепту ры	Наименова ние блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины, мг			Минеральные	
			Б	Ж	У		Вит	Вит	С	Ca	Fe
	Педель 2 День 2 Завтрак										
26	Наша пырочная мадрия	180	8,300	8,850	80,000	240,560	0,190	0,012	1,430	100,000	0,500
59	Хлеб пырочный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,009	0,500	16,000	0,390
63	Масло сливочное	6	0,050	4,300	0,080	38,820	0,030	0,006	1,400	0,720	0,020
33	Сыр твердый ж	17	1,460	4,470	0,090	54,600	0,023	0,054	0,100	119,300	0,130
49	чай с сахаром	180	0,000	0,000	7,200	29,745	0,000	0,000	0,000	1,290	0,130
	итого за завтрак	408,00	13,900	17,970	51,770	404,225	0,255	0,139	4,500	252,970	1,540
	2-й завтрак										
62	Фрукты разные	90	0,500	0,500	9,800	47,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	итого за 2-й завтрак	90	0,500	0,500	9,800	47,000	0,030	0,020	13,000	20,800	2,900
	обед										
2	Салатик	200	2,170	3,320	13,550	97,180	0,250	0,090	7,800	20,200	0,220
9	Котлеты из говядины	75	13,660	8,660	11,780	145,270	0,070	0,120	0,110	27,300	1,900
19	Капуста тушеная	150	3,880	4,130	18,250	106,910	0,060	0,040	21,500	91,000	1,500
59	Хлеб пырочный	30	2,370	0,300	14,490	70,500	0,030	0,009	0,500	16,000	0,390
58	Хлеб ржаной(др ано пырочный)	45	2,970	0,540	15,000	78,300	0,081	0,006	0,000	17,830	1,160
46	Компот из сухофрукто в	180	0,639	0,135	13,810	56,880	0,060	0,010	2,000	29,000	1,000
	итого за обед	600	23,629	17,185	81,890	559,040	0,351	0,265	39,910	198,300	6,770
	Полдник										
31	Пудинг из творога с рисом	110	18,680	11,460	14,020	256,470	0,090	0,170	0,430	142,000	0,100
41	Соус сметанный	40	1,100	4,130	4,590	40,536	0,090	0,020	0,300	16,900	0,020
49	Йогурт	200	6,200	4,850	8,500	102,800	0,060	0,300	1,200	218,000	0,200
	итого за полдник	350	26,980	20,440	27,110	399,806	0,200	0,590	1,800	394,900	0,320
	Итого за день:	1528,00	65,079	55,995	170,579	1440,071	0,836	1,014	55,210	866,970	21,530