

23 января 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Какао сукрутин. с масл. 150	150	5,24	8,51	11,66	192,76	
	Какао	150	4,32	4,86	15,2	118,61	
	патош. масл. сыр 38/6/40	150	5,12	6,9	16,9	151,6	
Итого за завтрак		351	14,71	20,27	13,76	462,97	
2-ой завтрак	Груша	100	0,4	-	9,8	44	
Итого за 2-ой завтрак		100	0,4	-	9,8	44	
Обед	Сметан. сыр зелен. гор. сыр 45	45	1,3	2,3	2,8	37,6	
	Шам. со сметан 150	150	5,09	8,04	12,24	136,86	
	Яиче отварная 100	100	2,4	3,6	24,5	139,8	
	Яича тушен. соевос. 40	40	6,6	3,5	3,1	70	
	Каша из кукурузы и черн. 150	150	2,78	-	20,22	80,6	
Итого за обед	Хлеб и сметан. сыр. 40/35	150	5,36	9,4	29,9	150,2	
		590	21,53	17,84	92,79	615,06	
Полдник	Согни с творогом 60	60	7,3	7,6	13,2	201,1	
	Чай с сметаной 150	150	2,1	2,4	11,53	73,42	
Итого за полдник		210	9,4	10	34,73	274,52	
Итого за день:		1251	46,04	48,11	181,08	1396,55	