

Сезон: холодный период, 1 неделя
 Возрастная категория: с 3-х до 7-ми лет

01.02.2023г

Утверждено: Зав. ЗОУЛЗ



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6 ПОНЕДЕЛЬНИК							
ЗАВТРАК:	Суп молочный гречневый	200	6.98	10.42	25	222.38	66
	Кофейный напиток с молоком	200	4.58	5.04	21.5	145.34	132
	Бутерброд с повидлом	40/14	2.46	3.86	28.35	158.07	3
итого за завтрак							
II ЗАВТРАК:	Сок фруктовый	130	14.02	19.32	74.85	525.79	
итого за II завтрак							
ОБЕД:	Хлеб пшеничный	40	0.75	0.15	15.15	69	135
	Хлеб ржаной	50	2.45	0.85	16.74	85.77	147
	Суп гороховый на курином бульоне	200	2.4	0.4	17.73	75.6	148
	Картофель тушёный с мясом курицы	220	10.25	7.2	29.75	225.6	163/99
итого за обед							
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК:	Кисель	200	21.91	17.96	14.92	308.47	274
	Рыба в омлете		0	0	19.6	80	208
	Чай с лимоном	200/10	37.01	26.41	98.74	775.44	
итого за уплотненный полдник	Кондитерское изделие	20	13.12	9.81	2.24	149.33	72
			0.07	0	14.17	54.75	207
			1.16	1.33	31	141.66	504/151/152
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
			66.13	57.02	236.15	1715.97	