

10-ти дневное меню 1-3 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
день 1							
	Каша вязкая ячневая с маслом	170	7,14	6,86	25,21	184,17	106
	Хлеб пшеничный	25	1,1	0,3	9,0	49,6	пп
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	7,8	31,0	261
	Масло порциями	5	0,0	3,6	0,1	33,0	5
Итого:		400	8,3	10,8	42,0	297,7	
2 Завтрак							
	Сок	100	1,17	1,4	6,77	44,67	пп
Итого:		100,00	1,17	1,40	6,77	44,67	
Обед							
	Суп картоф.с вермишелью	150	1,62	1,68	10,29	62,88	64
	Плов из курицы	130	13,34	13,38	44,49	347,42	тгк
	Хлеб пшеничный	20	0,91	0,24	7,17	39,67	
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,20	48,00	№6/10
Итого:		450	16,20	15,30	74,15	497,97	
	Булочка домашняя	50	5,31	6,06	15,27	138	тгк
	Фрукты (Яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	248
	Чай с лимоном	150	0,06	0,00	7,23	30,03	262
Итого за день:		300	5,77	6,46	32,30	212,03	
			31,46	33,94	155,20	1052,37	

Утверждаю: *С.В.В.* В.Е.Селукова

« 28 » декабря 2024г.

