Меню приготавливаемых блюд

Соласовано

Утверждаю ИП Фрей А.А.

Дата

Возрастная категория: 1-3.лет 23.12.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 07							
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	41	5,23	4,72	0,31	64,58	1/6
	Капуста тушеная	80	2,01	1,74	7,98	56,42	8/3
	Чай	180	0,22	0,05	9,14	36,9	11/10
	Хлеб пшеничный 2	30	1,98	0,27	11,40	59,7	2
	Масло сливочное (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64	111
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	9,49	9,24	28,90	240,24	
ЗАВТРАК 2	Фрукты	80	0,32	0,32	7,84	37,6	06
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Рассольник со сметаной	150	1,14	2,24	7,73	56	9/2
	Икра кабачковая для детского питания	40	0,76	3,56	3,08	47,6	4
	Картофельное пюре	100	2,17	3,48	14,49	98,25	3/3
	Биточки (котлеты) рыбные	40	5,50	0,80	3,20	42	9/7
	Компот из сухофруктов	150	0,28	0,06	13,74	54,36	6/10
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,13	5,70	29,85	1
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	12,82	10,63	57,96	377,56	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые	60	9,44	6,84	10,04	140,8	5/5
	Кисло-молочные продукты 2	150	6,00	2,25	21,45	135	4/1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	15,44	9,09	31,49	275,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1150	38,07	29,28	126,19	931,2	