




Меню для детей 1-3 года
«26» января 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная	150	4,16	5,6	19,56	160,0	1,03	173
	Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,0	12,0	75,8	0,98	395
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	80,0	0	5
	Сыр (порциями)	12	2,78	3,54	0,0	43,3	0,08	7
Итого за завтрак		342	11,59	11,38	46,32	359,1	2,09	
Второй завтрак:	Ряженка	120	3,48	3,0	5,04	64,8	0,36	401
Итого за второй завтрак		120	3,48	3,0	5,04	64,8	0,36	
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,5	1,4	2,7	25,7	6,5	34
	Рассольник с крупой и сметаной	180	1,43	3,67	12,18	105,0	5,42	76
	Курник с фаршем	100	8,7	3,04	60,0	301,3	0,0	470
	Компот из сухофруктов	150	0,27	0,07	0,05	1,9	0,14	392
	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	140,0	0	1
Итого за обед		510	13,35	15,73	89,55	573,9	12,06	
Уплотнённый полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,2	41,17	270,51	6,5	168
	Молоко кипяченое	150	4,6	4,0	7,56	90,0	2,05	400
	Печенье	15	1,12	1,47	11,16	65,0	0,0	604
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	80,0	0	5
Итого за уплотненный полдник		345	16,50	12,91	74,65	505,51	8,55	
Итого за день		1317,0	44,92	43,02	215,56	1503,31	23,06	

Повара:

 /Шевченко М.Н./

 /Дыганова С.В./