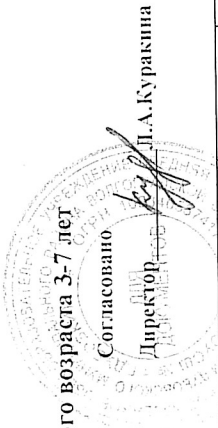


10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет

Меню 19.12.2023

7 день



Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5	174	2011
КАКАО С МОЛЛОКОМ №397	200		3,9	3,3	16,7	113,2	397	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	6	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>		<b>12,7</b>	<b>20,6</b>	<b>77,5</b>	<b>564,4</b>		
<b>II Завтрак</b>								
ФРУКТЫ (БАНАН) №368	100		1,5	0,5	21,0	96,0	368	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>		
<b>Обед</b>								
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4	ТТК № 1,2,3,4,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4	82	2011
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150		12,5	11,5	15,1	216,6	302	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ №699	180		0,1	0,0	21,4	87,8	699	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК №6	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>		<b>20,0</b>	<b>14,3</b>	<b>85,0</b>	<b>552,4</b>		
<b>Полдник</b>								
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4	376	2011
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	ТТК № 10	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>		<b>1,9</b>	<b>1,8</b>	<b>67,0</b>	<b>293,4</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>36,1</b>	<b>37,2</b>	<b>250,5</b>	<b>1 506,2</b>		