

0
вн
всех с/д 14

аю: ООО Атрек
Ковалева

мощи "Детский сад № 14"

Зима-Осень

Прием пищи	
------------	--

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 3						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	Итого за завтрак	415	14,5	10,1	47,3	338,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед						
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10	1,5	5	7,5	91,2
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5	0,1	0	7	29
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
Итого за обед		540	14,6	12,1	58,5	426,7
Уплотненный полдник						
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла)	40	0,6	1,4	4	33,4
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,1	4,4	26,3	166,1
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
	ЛАКОМКА	40	3	3,5	24,8	124,9
Итого за Уплотненный полдник		450	16,4	18,1	108,2	626,36
Всего за день	26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7- ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с УДА		46,4	40,5	229,7	1466,76

мед-овар Заманова у.д.д