

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

14.05.2011.

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Какао Гийенна с молоком	200	4,67	8,04	37,45	252	45
	Кефир с маслом	25/6	1,95	4,49	12,32	98	16
	Кефир и напиток на молоке	200	2,6	2,78	15,89	98	2
	Итого завтрак		10,2	13,05	46,9	344	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47,01	
	Итого завтрак2		0,6	0,4	20,13	93,01	
Обед							
	Свекольник со сметаной	200/8/5	3,37	4,49	11,02	120,11	40
	Гроби с курицей	215	10,10	15,54	38,89	380,65	42
	Паштет соевый	60	0,48	0,06	1,5	8,4	89
	Компот из кураги, цукат	120	0,48	0	20,47	86,4	9
	Кефир нежирный	25	2	0,25	12,05	59	
	Кефир бородицкий	50	2,8	0,6	24,4	116	
	Итого обед		19,23	20,94	102,57	740,56	
Полдник							
	Молоко	120	5,22	5,76	4,2	106,2	49
	Машик со сметаной	60/20	5,34	15,54	29,64	220	69
	Итого за полдник		10,56	21,3	36,84	386,2	
Ужин							
	Макаронные с сыром	150	4,88	8,83	35,88	259	42
	Чай с сахаром	120/12	0	0	11,92	43	13
	Итого за ужин		4,88	8,83	47,86	302	
	Итого за день		49	64	260	1865	

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

14.05.2011.

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Какао Гийенна с молоком	180	6,9	4,2	34	226,8	45
	Кефир с маслом	20/6	1,57	4,45	9,92	86	16
	Кефир и напиток на молоке	150	3,42	6,09	9,9	108	2
	Итого завтрак		11,89	14,74	53,82	420,8	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	95	0,36	0,27	9,27	42,31	46
	Итого завтрак2		0,56	0,37	19,37	88,31	
Обед							
	Свекольник со сметаной	120	2,02	2,69	6,61	66,04	40
	Гроби с курицей	155	4,2	11,2	22,04	260,0	42
	Паштет соевый	40	0,36	0,05	1,13	6,3	89
	Компот из кураги, цукат	150	0,4	-	14,01	42	9
	Кефир нежирный	25	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Кефир бородицкий	40	2,24	0,48	19,46	92,8	
	Итого обед		13,82	14,62	22,19	479,37	
Полдник							
	Молоко	150	4,35	4,8	6	88,5	49
	Машик со сметаной	40/12	3,56	10,36	19,46	126,64	69
	Итого за полдник		7,91	15,16	25,46	215,17	
Ужин							
	Макаронные с сыром	100	5,25	5,89	23,92	171,67	42
	Чай с сахаром	150/9	-	-	2,98	30	13
	Итого за ужин		5,25	5,89	26,9	201,67	
	Итого за день		39	54	214	1467	