

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

31.01.21.

Продукты	Количество блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Жиры (группы)
			белки	жиры	углеводы		
Итого:							
Дата:							
Утро							
Какао Финчелли мол	180	6,4	6,6	11,2	100,9	41	
Рис с мясным суп	105/3	3,42	6,09	9,9	108	3	
Какао на завтрак	180	2,53	2,44	12,86	28	45	
Итого завтрак		12,35	15,13	46,96	397,9		
День							
Чек-таф	100	0,2	0,1	10,40	48		
Фрукты	95	0,36	0,41	9,21	42,31	48	
Итого день		0,56	0,51	19,61	112,61		
Вечер							
Суп Гороховый	130/5	2,95	1,4	10,5	51,46	44	
Картофельные пюре	115	2,33	4,01	13,85	107,84	8	
Котлеты куриные	50	4,03	5,76	5,11	99,21	6	
Супе Крапиво съедоб	30	0,14	0,64	0,94	9,21	1	
Салат из морской капусты	30	0,24	1,54	0,46	51	50	
Киви	180	-	-	15,95	100	10	
Рис с мясным суп	20	1,0	0,2	9,04	44,2		
Рис с овощным	40	1,24	0,18	19,46	91,8		
Итого вечер		16,89	15,3	16,2	552,52		
Итого							
Пюре	180	4,35	4,1	6	88,5	41	
Фрукты	15	0,54	0,41	6,9	46,81		
Итого в выходные		4,89	6,52	9,9	135,31		
Итого							
Шашлык рыбный	50	4,88	1,12	14,41	41,45		
Супе Вишневым	30	0,58	0,41	1,21	65	43	
Картофельные пюре	150/3/5	0,04	-	9,1	35	31	
Чаше с мясным суп	10	1,6	0,2	9,64	44,2		
Рис с мясным суп	10	4,1	9,3	38,35	214,45		
Итого в выходные		41	46	195	1501		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

31.01.2021.

Продукты	Количество блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Жиры (группы)
			белки	жиры	углеводы		
Итого:							
Дата:							
Утро							
Какао Финчелли мол	200	4,01	4,36	10,3	119,34	41	
Рис с мясным суп	15/3/2	4,42	4,31	11,36	135	8	
Какао на завтрак	180	2,6	2,42	12,84	28	45	
Итого завтрак		14,03	14,09	42,56	462,33		
День							
Чек-таф	100	0,2	0,1	10,40	48		
Фрукты	100	0,4	0,6	10,3	44,01		
Итого день		0,6	0,7	20,75	92,01		
Вечер							
Суп Гороховый	100/1	4,09	1,83	14,5	95,6	44	
Картофельные пюре	150	3,05	5,24	14,08	142	8	
Котлеты куриные	70	9,24	8,02	7,16	139,16	6	
Супе Крапиво съедоб	40	0,24	0,64	0,94	9,21	1	
Салат из морской капусты	60	0,55	3,01	0,91	44	56	
Киви	140	-	-	15,05	100	10	
Рис с мясным суп	25	1	0,25	10,05	69		
Рис с овощным	50	1,2	0,6	14,4	116		
Итого вечер		12,5	11,66	40,42	735,44		
Итого							
Пюре	180	5,12	6,46	4,2	108,2	41	
Фрукты	15	1,05	1,4	15	89,69		
Итого в выходные		6,17	7,86	11,2	197,89		
Итого							
Шашлык рыбный	30	4,1	4,35	11,3	114	49	
Супе Вишневым	10	0,53	0,41	1,21	65	43	
Картофельные пюре	60	0,14	0,49	5,64	28	31	
Чаше с мясным суп	180/4/6	0,04	0	12,13	44	41	
Рис с мясным суп	30	0,24	0,3	14,46	40,8		
Итого в выходные		9,5	14,22	62,44	284,2		
Итого							
		53	65	260	1442		