

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

1.09.2017.

Порядок блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Составляющие ингредиенты			Зернобобовые до нормы	Жиры растительные
			Хлеб	Мясо	Овощи		
Итого:							
Дата:							
Завтрак							
Какао с молоком	100	5,91	4,19	40,25	104	50	
Рис с молоком	10/6	4,95	4,49	12,38	92	16	
Какао на молоке	100	3,04	3,18	18,59	109	15	
Итого завтрак		10,21	14,64	59,24	409		
1 завтрак							
Итого		10,21	14,64	59,24	409		
Обед							
Иксар	100	0,2	0,1	10,10	46		
Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47,01		
Итого обед		0,8	0,4	20,43	93,01		
Ужин							
Борщ со сметаной	100/25	2,21	4,01	4,21	24,69	5	
Пюре картофельное	120	12	12,36	12,52	118,51	19	
Пюре морковное	80	0,4	3,05	2,32	63	51	
Кисель вишн.	100	-	-	15,95	100	40	
Рис с овощами	15	2	0,25	11,05	59		
Рис с овощами	50	2,2	0,6	14,7	116		
Итого ужин		10,81	20,34	91,42	639,01		
Полдник							
Сметана	120	5,22	5,26	4,1	106,2	27	
Варенье	15	1,05	1,4	15	29,99		
Итого полдник		6,27	6,66	21,2	136,19		
Ужин							
Биточки рыбные фарш	80	4,2	4,35	22,3	114	29	
Пюре картофельное	145	4,29	6,25	16,33	153,33	65	
Чай с молоком	120/45	0,04	-	12,15	49	31	
Рис с овощами	30	2,4	0,3	12,46	40,2		
Итого ужин		14,83	10,9	91,22	465,13		
Итого за день							
		50	54	225	1802		

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

1.09.2017

Порядок блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Составляющие ингредиенты			Зернобобовые до нормы	Жиры растительные
			Хлеб	Мясо	Овощи		
Итого:							
Дата:							
Завтрак							
Какао с молоком	100	5,91	6,41	17,24	106,3	50	
Рис с молоком	10/6	4,57	4,45	9,61	86	16	
Какао на молоке	150	4,55	2,24	12,26	23	15	
Итого завтрак		9,43	13,66	39,11	195,3		
1 завтрак							
Итого		9,43	13,66	39,11	195,3		
Обед							
Иксар	100	0,2	0,1	10,10	46		
Фрукты	95	0,36	0,27	9,26	42,21	26	
Итого обед		0,56	0,37	19,36	88,21		
Ужин							
Борщ со сметаной	100/25	1,89	2,45	4,69	52,81	5	
Пюре картофельное	120	12	12,36	12,52	118,51	19	
Пюре морковное	80	0,44	2,44	2,27	65	51	
Кисель вишн.	150	-	-	15,95	100	40	
Рис с овощами	10	1,6	0,2	9,64	49,2		
Рис с овощами	40	2,24	0,42	19,26	92,2		
Итого ужин		18	14,98	76,33	549,93		
Полдник							
Сметана	120	4,22	4,2	6	118,5		
Варенье	15	0,54	0,72	5,9	15,81		
Итого полдник		4,76	4,92	11,9	134,31		
Ужин							
Биточки рыбные фарш	50	4,21	4,22	19,21	41,25	29	
Пюре картофельное	85	4,25	4,1	12,23	153	65	
Чай с молоком	120/3	0,04	0	9,1	35	31	
Рис с овощами	30	1,5	0,2	9,24	41,2		
Итого ужин		11,57	7,92	60,22	340,45		
Итого за день							
		44	44	216	1415		