

7

День: 2
Неделя: 2
Сезон: Ограниченный

12 июля 2022 г

Возрастная 1,5-3 лет
категория:

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
							С
Завтрак							
237	Запеканка из творога	90	11,3	9,5	8,5	188,00	0,2
783 (з)	Соус абрикосовый	20	0,1	0	13,1	60,5	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	180	1,0	1,2	9,2	52,40	3,8
	Апельсин	100	1,0	0,3	8,9	44,00	5,4
Завтрак2							
10-00	Сок овощной	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
Обед							
34	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с растительным маслом	40	0,6	3,9	3	49,60	3,6
140 (с)	Суп с макаронными изделиями (155/10)	165	5,4	7,2	13,9	106,60	5,20
258	Шницель рыбный натуральный (треска)	60	6,2	2,2	5,8	82,60	0,1
284 с	Кабачки и капуста цветная, запеченные под соусом	100	2,7	7,1	6,3	130,60	6,5
699 (с)	Напиток лимонный	180	0,1	0	20,7	85,90	3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
Полдник							
769 (с)	Булочка "Домашняя"	60	3,7	6,5	30,1	196,10	2,3
	Ацидофилин	180	4,3	3,6	12,0	84,00	1,1
Ужин							
15	Салат из помидоров и перцев свежих с растительным маслом	40	0,2	3,0	1,1	60,10	6,6
298/354.	Голубцы ленивые с соусом (110/15)	125	10,4	8,4	18,6	204,2	5,5
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
392	Чай с лимоном	180	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			55,0	58,3	222,7	1708,8	47,0