Примерное меню и пищевая ценность блюд

26.05.2023

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ " ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2023-05-29 14:22:29

2

День: 2
Неделя: 1
Сезон: Ограниченный с 01марта по 01 сентября
Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
257 (к) I	Каша жидкая на молоке (манная)	150	2,9	4,4	17,4	177,5	1,1
	Сыр полутвердый	10	2,6	2,1	3,2	40,00	0,06
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	5	0,07	5,50	0,07	49,60	
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,11	0,4	8,2	34,6	2,2
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
Завтрак2							
10-00	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6,0
Обед							
14(с)	Салат зелёный с огурцом и растительным маслом	40	0,4	3,1	0,8	32,6	3,6
138(к) III	Суп гороховый с птицей	170	3,6	6,3	12,1	153,1	4,4
249	Филе рыбное запечённое в омлете	60	6,6	4,3	4,5	101,6	0,6
315	Рис отварной	110	2,3	4,9	15,5	146,1	2,20
376	Компот из сушёных фруктов (курага) вит.С	180	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	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	

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ1 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
	Б	**Ж**	**У**		**С**
	23,78	**33,04**	**117,27**	**997,08**	**29,16**