

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
на 27 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	А, мкг рет. экв.	Д, мкг	В1, мг	В2, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	l, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																		
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,61	4,49	18,43	119,58	4,32	23,82	0,07	0,02	0,01	6,79	15,85	4,17	0,26	34,68	0,00	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50	0,00	0,10	0,00	0,10	112,20	114,80	25,60	0,40	179,80	9,60	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	3,52	4,57	37,18	203,95	0,00	0,00	0,00	0,03	0,02	12,17	70,81	24,53	0,50	52,24	0,73	0,03	0,01
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,80	1,40	2,50	0,20	5,80	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		6,71	11,29	54,73	385,58	4,82	23,82	0,17	0,02	0,11	127,79	132,05	32,27	0,86	220,28	9,60	0,00	0,00
II Завтрак																		
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	174	0,87	0,17	17,61	80,18	3,49	0,00	0,00	0,02	0,02	12,20	12,20	6,97	2,44	209,17	1,74	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,32	0,00	14,55	59,48	0,07	0,00	0,00	0,00	0,02	14,52	12,37	8,12	1,23	42,27	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		0,87	0,17	17,61	80,18	3,49	0,00	0,00	0,02	0,02	12,20	12,20	6,97	2,44	209,17	1,74	0,00	0,00
Обед																		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,72	2,61	3,60	41,04	1,71	0,00	0,00	0,00	0,00	14,22	16,65	8,55	0,54	123,12	2,97	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30	0,00	0,00	0,10	0,00	26,40	67,40	19,80	1,00	435,30	5,30	0,00	0,00
РАССОЛЬНИК (аллергии)	730	11,50	4,26	63,87	350,40	21,46	12 801,42	0,00	0,41	0,51	378,90	435,47	289,39	7,91	1 978,54	43,20	0,42	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	11,46	13,15	2,48	173,94	0,48	34,16	0,25	0,05	0,13	32,36	113,01	12,37	1,03	146,82	6,71	0,07	0,01
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	55	9,31	10,92	0,00	135,28	0,00	0,00	0,00	0,02	0,07	6,97	87,81	10,49	1,27	168,32	3,72	0,03	0,00
Полдник																		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	3,88	3,30	18,82	118,15	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	11,83	39,58	7,28	0,87	61,01	0,78	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	145	5,23	4,69	33,51	197,28	0,00	0,00	0,00	0,06	0,02	8,38	38,44	7,06	0,88	60,27	0,74	0,01	0,01
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	12,30	5,20	5,30	0,60	56,50	0,40	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,01	19,71	4,34	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	14,70	3,01	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		25,46	27,63	83,22	659,53	8,19	34,16	0,25	0,25	0,13	105,46	276,25	60,65	5,21	879,87	17,50	0,07	0,01
Всего за день:																		
		57,03	62,75	234,91	1 673,39	27,09	58,08	0,42	0,59	0,46	321,60	703,20	172,22	13,62	2 648,08	44,12	0,07	0,01