

УТ
Заведующий _____ Парасол

Ежедневное меню на 10.10.2024г.
для детей возрастом от 3-7 лет

Прием пищи	Прием пищи	масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (к/кал)	витамины
			Б	Ж	У		
День: 1							
завтрак	каша ячневая жидкая с маслом	200	4.39	4.2	33.19	220	
	Чай с сахаром	200	0.15		11.25	43.5	0.45
	Масло сливочное	5	0.05	3.6	0.05	33	0.1
10-00	Яблоко	100	0.32	0.32	8.15	39.12	8.25
обед	Свекла	40	0.47	2.2		23.33	6
	Суп - харчо	200	2.12	3.5	12.57	145.61	4.65
	макароны отварные	100	7.57	4.63	36.31	217.00	0.00
	Компот	200	0.46	0.2	22.46	110.73	0.9
	Котлеты,рубленные из свинины	60	9.32	7.07	9.64	139	0.09
полдник	сырники из творога со сгущ.молоком	80/15	18.69	12.67	23.4	234	0.25
	кофейный напиток с молоком	200	4.85	2.41	14.36	91	1.17
на весь д	Хлеб ржаной	50	3.8	0.45	23.35	106.8	
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	32.69	149.52	
Итого за первый день:			42.23	44.45	174.01	1727.38	11.44

верждаю: цкая О.В.
№ рец
185
392
пром
пром
№45
154
№205
376
282
№231
395
пром
пром