

21.10.2022

6000 (детский)

(7-10 (10 дней))

Кол-во (г)	Наименование блюда	ккал, белок (г), жиры (г), углеводы (г), клетчатка (г), пищевые волокна (г)
<u>Завтрак</u>		
150/5	Каша "Дружба" на Хлеб пшеничный	Калорийность-174, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-21
50	обогащенный (для детского питания)	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
40/1	Йогурт для детского питания	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-4
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8
10	Сыр порционный	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3
<u>Итого за Завтрак</u>		Калорийность-527, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-64
<u>Обед</u>		
250	Суп картофельный с	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10
150/5	Макаронные изделия	Калорийность-244, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-38
70	Котлеты из мяса цыпленка с томатным соусом	Калорийность-309, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-9
200	Компот из сухофруктов	Калорийность-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
40	Хлеб ржаной обдирный	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16
40	обогащенный (для детского питания)	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16
<u>Дополнительная витаминизация</u>		
100	Яблоко	Калорийность-29, Белки-1, Углеводы-5
<u>Итого за Обед</u>		Калорийность-891, Белки-35, Жиры-36, Углеводы-105
<u>Итого за день</u>		Калорийность-1418, Белки-51, Жиры-59, Углеводы-169

Ducan

21.10.2022

(11-18 (10 дней))

№ п/п	Наименование блюда	ка, бел, жиры, угле, клетчатка (г), витаминизированный (г/л)
Завтрак		
150/3	Каши "Дружба" на Хлеб пшеничный	Калорийность-174, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-21
50	обогащенный (для детского питания)	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-10
200	Йогурт для детского питания	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8
10	Сыр порционный	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3
Итого за Завтрак		Калорийность-590, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-67
Обед		
250	Суп картофельный с	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10
150	Макаронные изделия	Калорийность-230, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36
70	Котлеты из мяса цыпленка с томатным соусом	Калорийность-309, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-9
200	Компот из сухофруктов	Калорийность-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-883, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-103
Итого за день		Калорийность-1473, Белки-56, Жиры-61, Углеводы-170

Директор



