

Меню на 14.04.2025 г Дошкольная группа.



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
127/2008г	Каша пшённая молочная жидкая	200	4,59	4,9	31,26	187	0.22	0.0	0.0	1.44	30.15	105.40	40.2	1.92
3/2013г	Бутерброд с сыром	50	4.73	6.88	14.56	139.08	0.17	0.0	0.15	5.45	215.99	217.00	42.91	1.74
	хлеб пшеничный	20	1,58	0.2	9,66	47	0.025	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	2.80	0.22
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	0.20	1.15	0.0	0.0	105.12	60.00	12.00	0.6
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК													
338/2013*	Фрукт свежий (банан)	100	1,5	0,5	21.02	94	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,00	42,0	0
	ИТОГО ЗАВТРАК		15,25	14,89	90,86	558,08	0.61	11.15	0.15	7.51	363.26	423.4	139.91	18.46
	ОБЕД													
13/2008г	Салат из свежей капусты	60	1.56	3.00	1.86	40.68	0.024	9.54	0.04	0.24	27.60	33.00	9.00	0.48
67/2013г	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	5.6	3.03	15.68	112.25	0.10	9.05	0.08	1.0	19.90	103.60	20.60	0.75
92/2008г	Картофельное пюре	180	3.78	8.10	26.28	193.14	0.18	6.66	0.04	0.18	48.60	100.80	36.00	1.26
75/2008г	Котлета "Детская"	80	11.44	8.40	10.5	158,1	0.06	0.0	0.0	0.64	16.80	103.20	20.80	1.20
141/2008г	Соус томатный	30	0.78	2.88	2.82	40.32	0.0	0.39	0.0	0.0	0.01	0.0	0.0	0.10
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0.4	19,32	95	0.05	0.0	0.0	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0.24	6,68	52	0.07	0.0	0.0	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0.60	0.0	31.40	128.0	0.02	0.73	0.0	0.51	32.48	23.44	17.46	0.70
	ИТОГО ОБЕД		28.24	26.05	114.54	819.49	0.50	26.37	0.16	3.57	167.39	453.24	128.26	6.49
	ПОЛДНИК													
182/2008г	Коржик молочный	80	5.12	9.06	51.62	308.58	0.04	0.033	0.0	0.0	12.00	0.0	5.83	1.31
146/2008г	Чай с лимоном	200	0.30	0.0	15.20	62	0.0	2.20	0.0	0.0	16.00	8.00	6.00	0.80
	ИТОГО ПОЛДНИК		5.42	9.06	66.82	370.58	0.04	2.23	0.00	0.00	28.00	8.00	11.83	2.11
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48.91	50	272.22	1748.15	1.15	39.75	0.31	11.08	550.65	884.64	280.0	27.06