

М.И. Косенкова

Jimmy

М.И. Косенкова

документов

Неделя 1 день 4

Наименование блюда	ясли		сад	
	Выход блюда (г.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда (г.)	Энергетическая ценность (Ккал)
Завтрак				
Каша Дружба молочная с маслом	170	156,33	200	193,92
Масло сливочное	3	19,83	5	33,05
Хлеб пшеничный	30	70,5	40	94
Кофейный напиток с молоком	170	71,77	200	84,43
<i>Итого за завтрак</i>	<i>373</i>	<i>318,43</i>	<i>445</i>	<i>405,4</i>
Обед				
Овощи по сезону	30	11,35	50	18,92
Суп с макаронными изделиями и куриным мясом	180	124,82	200	156,85
Бигус с мясом	180	253,42	200	291,51
Хлеб пшеничный	20	47	25	58,75
Хлеб ржаной	20	34,8	25	43,5
Компот из сухофруктов	180	45,52	190	50,58
<i>Итого за обед</i>	<i>610</i>	<i>516,91</i>	<i>690</i>	<i>620,11</i>
Полдник				
Печенье	30	125,1	50	208,5
Кефир	180	85	200	100
<i>Итого за полдник</i>	<i>210</i>	<i>210,1</i>	<i>250</i>	<i>308,5</i>
Ужин				
Картофель, тушёный в молоке и сметане	200	207,71	220	238,54
Хлеб пшеничный	10	23,5	25	58,75
Хлеб ржаной	20	34,8	25	43,5
Чай с сахаром	180	25,52	200	35,2
<i>Итого за ужин</i>	<i>410</i>	<i>291,53</i>	<i>470</i>	<i>375,99</i>
<i>Итого за день</i>	<i>1603</i>	<i>1336,97</i>	<i>1855</i>	<i>1710</i>