



## Меню приготавливаемых блюд

«14» ноября 2021 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше

Прием пищи Неделя День	Наименование	Бюлота	Вес Бюлота	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры	
				Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	овощи по сезону		60	0,5	0,1	1,5	84	81	
	выпечка с сахаром		90	9,1	11,0	11,2	188,8	288	
	каша пшеничная		150	4,6	4,9	20,3	142,4	303,1	
	рыба тушеная с овощами		200	0,1	0,1	15,5	63,6	350	
	яйцо куриное вареное		30	2,3	0,2	15,1	84,0		
	яйцо перепелиное		30	1,8	0,3	14,8	69,6		
	яйцо куриное		100	0,4	0,0	9,8	47,0	338	
	сметана		100	0,4	0,0	9,8	47,0		
	итого за завтрак			670	23,3	20,8	105	674,1	
	обед	выпечка		60	0,9	6,1	4,4	46,0	68
картофель			100	1,4	4,0	1,2	47,3	88	
рис отварной			150	3,8	5,3	35,5	278,0	504	
картофель отварной			90	15,0	16,2	14,2	282,4	288	
салат из овощей			200	0,7	0,3	28,8	132,5	388	
яйцо куриное			30	1,9	0,3	14,8	69,6		
яйцо перепелиное			30	1,3	0,2	15,1	47,0		
итого за обед			670	22,0	28,9	272,2	746,1		
итого за день									

Медсестра

*Смирнова Н.В.*