

# Меню приготавливаемых блюд

«18» сентября 20 22 г.

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



Прием пищи	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	каша из овсянки с вар. яблоком		60	7,0	24	4,9	462	33
	блинчики с творогом		80	9,1	21,0	7,2	782,8	282
	мюсли с яблоком и апельсином		150/15	5,4	4,2	34,3	194,1	203
	яблоко		80	5,2	4,5	5,2	93,4	382
	яблоко		30	2,3	0,2	15,1	41,0	
	яблоко		30	1,2	0,3	14,8	69,6	
Итого за завтрак				29,1	21,3	28,0	683,8	
обед	суп из овощей		60	0,5	0,1	7,5	84	24
	суп		200	7,4	4,0	9,9	216	22
	картофельное пюре		80	9,2	14,9	21,3	282,3	290
	салат "Оливье"		150	4,0	4,1	24,3	150,2	503
	компот из сухофруктов		200	0,4	0,0	18,2	88,2	345
	яблоко		30	1,2	0,3	14,8	69,6	
Итого за обед				21,3	22,6	15,1	570	
Итого за день				20,0	23,6	95,1	683,3	

Медсестра *Dr. Smagulova A.B.*