



## МЕНЮ

03 октября 2022 г.

Дети с 1-го года до 3-х лет 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

### Завтрак

2011	165	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,42	4,02	22,92	145,57	0,2
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0
2011	495	СЛИВОЧНОЕ МАСЛО	5	0,02	3,9	0,03	22,5	0
2011	391	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,09	0,03	14,85	67,92	0,75
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>8,9</b>	<b>8,25</b>	<b>52,3</b>	<b>306,49</b>	<b>0,95</b>

### Обед

2011	3	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,66	3,63	3,85	44,78	6,13
2011	65	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	1,32	3,08	6,9	60,80	2,73
2011	286	ПЛОВ С МЯСОМ	160	16,9	14,17	24,2	291,87	1,65
2011	399	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,42	0	20,55	83,88	0,11
2011	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	10,02	52,2	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>21,28</b>	<b>21,21</b>	<b>65,52</b>	<b>533,53</b>	<b>10,62</b>

### Полдник

2011	455	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	60	3,23	3,89	33,48	181,83	0
2011	405	МОЛОКО	150	4,19	4,79	7,6	90,09	0,4
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7,42</b>	<b>8,68</b>	<b>41,08</b>	<b>271,92</b>	<b>0,4</b>

Калькулятор Илимбаева А.В.