

Циклическое меню Сад 4-х разовое

на период с 18.11.2024г. по 22.11.2024



Main menu table with columns: Сборник рецептов, Код, Наименование, Выход, Пищевая ценность (Белки, Жиры, Углеводы, Ккал), Витамины (A, B1, B2, C, E), and Минеральный состав (Zn, Ca, Mg, P, K, Na, Cl, S, Fe). Rows are organized by day (Понедельник, Вторник, Среда, Четверг, Пятница) and meal type (Завтрак 1, Завтрак 2, Обед 1, Уплотненный полдник).



15375	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом	200/5/2	5,26	5,16	36,15	224,05	26,16	0,09	0,18	1,31	0,02			131,43	14,22	91,70	1,21
12813	Чай с молоком	180	1,80	1,76	10,97	66,09	11,00	0,02	0,08	0,72				66,25	7,70	49,50	0,08
<b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>		Итого:	<b>427</b>	<b>11,33</b>	<b>12,92</b>	<b>64,61</b>	<b>419,97</b>	<b>72,42</b>	<b>0,15</b>	<b>0,28</b>	<b>2,08</b>	<b>0,07</b>		<b>249,48</b>	<b>27,61</b>	<b>197,70</b>	<b>1,72</b>
15439	Напиток сывороточный	150	0,05	0,08	14,25	66,00											
<b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>		Итого:	<b>150</b>	<b>0,88</b>	<b>0,08</b>	<b>14,25</b>	<b>66,00</b>										
14017	Винегрет овощной	40	0,57	2,48	3,49	38,55		0,02	0,02	4,30	1,13			10,13	8,75	18,86	0,36
14864	Суп гороховый на кур.бульоне	200	6,07	3,67	15,85	128,70	7,00	0,22	0,09	9,85	0,36			37,09	32,94	101,49	1,96
15852	Запеканка картофельная с говядиной С	150	9,79	13,48	26,11	264,93	1,06	0,18	0,10	29,71	2,89			18,40	35,74	92,73	1,47
14846	Компот из сливы	180	0,14	0,05	7,72	31,93		0,11	0,07	18,00	1,08			36,18	16,20	36,00	0,92
12807	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03	2,72				18,80			1,56
671	Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45		0,06	0,02	0,58				7,00	13,50	34,00	0,90
<b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b>		Итого:	<b>635</b>	<b>22,43</b>	<b>20,45</b>	<b>83,01</b>	<b>699,79</b>	<b>8,06</b>	<b>0,66</b>	<b>0,34</b>	<b>61,85</b>	<b>8,74</b>		<b>127,69</b>	<b>197,11</b>	<b>293,07</b>	<b>7,16</b>
41/2011 Деля принт	13089	Салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,39		0,03	0,04	2,88	0,23		15,64	21,89	31,68	0,41
14649	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ.	120/20	24,28	7,38	32,11	292,04	17,10	0,05	0,07	0,20	0,33			74,04	10,87	76,30	2,04
14775	Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85											
15387	Печенье Сахарное	20	1,50	1,86	14,88	83,16											
13097	Десерт фруктовый яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,52		0,02	0,02	8,00	0,02			12,80	7,20	8,80	1,76
<b>Итого:</b>		<b>480</b>	<b>26,97</b>	<b>9,75</b>	<b>61,83</b>	<b>442,98</b>	<b>17,10</b>	<b>0,11</b>	<b>0,12</b>	<b>11,08</b>	<b>0,68</b>			<b>102,48</b>	<b>39,88</b>	<b>116,78</b>	<b>4,21</b>
<b>Итого:</b>		<b>1 692</b>	<b>61,78</b>	<b>43,20</b>	<b>223,69</b>	<b>1 536,72</b>	<b>97,58</b>	<b>0,92</b>	<b>0,76</b>	<b>75,00</b>	<b>9,40</b>			<b>479,54</b>	<b>174,70</b>	<b>587,55</b>	<b>13,68</b>