

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на « 15 » марта 2024г.

Возрастная категория: 1,5 – 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 3 День 5 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп вермишелевый молочный с маслом | 150 | 7.1 | 3.4 | 17.9 | 145 | 33 |
| | Чай с молоком | 180 | 0.12 | - | 6.8 | 28.6 | 34 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1.08 | 2.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Масло сливочное | 5 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 355 | 8.4 | 9.4 | 40.6 | 280 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 2.1 | 0.1 | 10.15 | 70 | |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 2.1 | 0.1 | 10.15 | 7 | |
| Обед | Овощной салат | 40 | 2.7 | 0.1 | 9 | 80 | 36 |
| | Борщ на мясокостном бульоне | 150 | 3.8 | 6.8 | 6.8 | 91.4 | 35 |
| | Рыба тушеная с овощами | 60 | 4.9 | 8.3 | 7.55 | 105.9 | 37 |
| | Гороховое пюре | 110 | 1.7 | 2.3 | 25.1 | 102.3 | 38 |
| | Хлеб ржаной | 55 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Кисель | 150 | 0.5 | - | 6.8 | 48.6 | 8 |
| Итого за обед | | 565 | 14.68 | 18.7 | 71.05 | 490 | |
| Полдник | Пирожок с повидлом | 50 | 3.8 | 4 | 16.1 | 107.5 | 39 40 |
| | Молоко | 150 | 2.5 | 3.05 | 14.35 | 102.5 | 9 |
| Итого за полдник | | 200 | 6.3 | 7.05 | 30.45 | 210 | |
| Итого: | | 1270 | 31.48 | 35.25 | 152.25 | 1050 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на « 15 » марта 2024г.

Возрастная категория: 3– 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 3 День 5 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп вермишелевый молочный с маслом | 200 | 7.5 | 7 | 25.5 | 195 | 33 |
| | Чай с молоком | 180 | 2.12 | - | 10.8 | 58.6 | 34 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Масло сливочное | 7 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 412 | 10.8 | 12 | 52.2 | 360 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 180 | 2.7 | 0.8 | 13.05 | 90 | |
| Итого за второй завтрак | | 180 | 2.7 | 0.8 | 13.05 | 90 | |
| Обед | Овощной салат | 60 | 2.8 | 0.2 | 12 | 90 | 36 |
| | | | | | | | |
| | Борщ на мясокостном бульоне | 180 | 4.6 | 9.4 | 9.8 | 135.4 | 35 |
| | Рыба тушеная с овощами | 80 | 5 | 9.5 | 11.5 | 128.9 | 37 |
| | Гороховое пюре | 130 | 3.6 | 3.5 | 31.1 | 118.3 | 38 |
| | Хлеб ржаной | 73 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Кисель | 180 | 1.82 | - | 11.1 | 95.6 | 8 |
| Итого за обед | | 703 | 18.9 | 23.8 | 91.35 | 630 | |
| Полдник | Пирожок с повидлом | 70 | 3.8 | 6.35 | 16.1 | 105.8 | 39 |
| | Молоко | 180 | 4.3 | 2.65 | 23.05 | 164.2 | 9 |
| Итого за полдник | | 250 | 8.1 | 9 | 39.15 | 270 | |
| Итого: | | 1545 | 40.5 | 45.6 | 195.75 | 1350 | |