

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.02.2024г.

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	7.1	4.4	17.9	136	56
	Кофейный напиток	180	0.12	-	6.8	37.6	11
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	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	70	
<u>Обед</u>	Суп с клецками на мясном бульоне	150	1.65	2.45	18.55	109.4	
	Голубцы ленивые	130	7.5	7.45	14.9	180.3	57
	Хлеб ржаной	55	3	1.1	21.3	78.4	
	Кисель	150	0.7	-	7.05	31.2	8
Итого за обед		485	12,8 5	11	61,8	399.3	
Полдник	Пирожок	50	3.8	4	16.1	107.5	39 55
	Ряженка	150	2.5	3.05	14.35	102.5	20
Итого за полдник		200	6.3	7.05	30.45	210	
Итого за весь день		1190	29,6 5	27.5 5	143.3	959,3	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.03.2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	9.1	7	27.9	186	56
	Кофейный напиток	180	0.52	-	8.4	67.6	11
	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	Суп с клецками на мясном бульоне	180	2.9	8.9	28.85	159.8	
	Голубцы ленивые	200	9.9	10.5	18.75	259.7	57
	Хлеб ржаной	73	3	1.1	21.1	78.4	
	Кисель	180	1.5	-	11.05	41.6	8
Итого за обед		633	17.3	20,5	79,75	539,5	
Полдник	Пирожок	70	3.9	6.35	16.1	105.8	39 55
	Ряженка	180	4.3	2.65	23.05	164.2	20
Итого за полдник		250	8.2	9	39.15	270	
Итого за весь день		1475	39	42.3	184,15	1259,5	