

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

02.05.2024г.

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 пшеничная 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

02.05.2024г.

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 | |