

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

30.01.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша полтавская молочная с маслом	150	6,8	4,4	17,9	125	21
	Какао	180	0,5	-	6,8	48,6	22
	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	8,48	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	
Обед	Луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	223
	Суп гороховый на мясокостном бульоне	150	2,8	3,05	23,4	91,5	24
	Рагу овощное с мясом	200	9,24	12,4	18,5	248,5	25
	Хлеб ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	
Итого за обед		595	14,6	18,7	71,05	490	
Полдник							
	Булка	50	3,8	4	16,1	107,5	27
	Молоко	150	2,5	3,05	14,3	102,5	9
Итого за полдник		200	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день		1300	31,5	35,2	152,25	1050	



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**30.01.2024г.**

Возрастная категория: 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша полтавская молочная с маслом	200	7,8	7	25,2	158	21
	Какао	180	1,82	-1,2	11,1	95,6	22
	Хлеб пшеничный	25	1,08	3,8	15,8	61,8	
	Масло сливочное	7	0,1	12	0,1	44,6	
Итого за завтрак		412	10,8	0,8	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	Луковый салат	60	1,5	2,5	11,6	90,5	23
	Суп гороховый на мясокостном бульоне	180	4,82	5,3	26,4	130,5	24
	Рагу овощное с мясом	200	10	14	26,5	305,6	25
	Хлеб ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	26
Итого за обед		693	18,9	23	91,35	630	
Полдник							
	Булка	70	3,8	6,35	16,1	105	27
	Молоко	180	4,3	2,65	23,05	164,2	9
		250	8,1	9	39,15	270	
		1535	40,5	44,8	195,75	1350	