

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на « 01 » августа 2024г.

Возрастная категория 1,5- 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 3 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп рисовый молочный с маслом | 150 | 7,1 | 4,4 | 17,9 | 136 | 28 |
| | 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 | 15 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| Обед | Салат из свеклы с р/м. | 4 | 1,6 | 2,7 | 9 | 80 | 29 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне | 15 | 3 | 4,5 | 27,4 | 125,4 | 30 |
| | Перловая каша с соусом | 135 | 1,44 | 1,6 | 3,1 | 134,7 | 31 15 |
| | Котлета любительская | 5 | 6,8 | 8,7 | 8,7 | 56,9 | |
| | Хлеб ржаной | 55 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,7 | - | 7,05 | 31,2 | 17 |
| | Итого за обед | | 580 | 14,62 | 18,7 | 71,05 | 490 |
| Полдник | Сочник | 50 | 3,5 | 2 | 15,3 | 107,5 | 32 19 |
| | Ряженка | 150 | 2,8 | 5,05 | 15,5 | 102,5 | 20 |
| Итого за полдник | | 200 | 6,3 | 7,05 | 30,45 | 210 | |
| Итого: | | 1285 | 31,42 | 35,25 | 152,25 | 1050 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на « 01 » августа 2024г.

Возрастная категория 3 - 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 3 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп рисовый молочный с маслом | 200 | 9,1 | 7 | 27,9 | 186 | 28 |
| | 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 | Салат из свеклы с р/м. | 60 | 3,5 | 7,8 | 15 | 135 | 29 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне | 180 | 4,62 | 12,3 | 38,25 | 177,2 | 30 |
| | Перловая каша с соусом | 155 | | | | | |
| | Котлета любительская | 70 | 8,5 | 1,5 | 14,8 | 190,5 | 31 15 |
| | Хлеб ржаной | 73 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | Компот из сухофруктов | 18 | 1,2 | - | 7,5 | 65,5 | 17 |
| | | | | | | | |
| Итого за обед | | 718 | 18,9 | 22,8 | 91,35 | 630 | |
| Полдник | Сочник | 70 | 3,5 | 2 | 15,3 | 107,5 | 32 19 |
| | Ряженка | 180 | 4,6 | 7 | 23,85 | 162,5 | 20 |
| Итого за полдник | | 250 | 8,1 | 9 | 39,15 | 270 | |
| Итого: | | 1560 | 40,5 | 44,6 | 195,75 | 1350 | |