

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22 мая 2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |           |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-----------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                      |           | белки            | жиры      | углеводы |                         |             |
| Неделя 3<br>День 3      |                                      |           |                  |           |          |                         |             |
| 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                      |             |
| <u>Обед</u>             | Суп гороховый на мясокостном бульоне | 150       | 2,8              | 3,05      | 23,4     | 91,5                    | 24          |
|                         | Рагу овощное с мясом                 | 200       | 9,24             | 12,4<br>5 | 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           |                                      | 555       | 13,8<br>2        | 16,7      | 64,75    | 433                     |             |
| 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      |                                      | 1260      | 30,7             | 33,2<br>5 | 145,95   | 958,5                   |             |

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                      |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 3<br>День 3      |                                      |           |                  |      |          |                         |             |
| 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                      |             |
| <u>Обед</u>             | 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           |                                      | 633       | 17,4             | 20,5 | 79,75    | 539,5                   |             |
| 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                     |             |
|                         |                                      | 1475      | 39               | 42,3 | 184,15   | 1259,5                  |             |