

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20 декабря 2024г.

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная манная	150	4	4,3	19	130,7	54-27к
	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9	54-21гн
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром.
Итого за завтрак		355	8,7	11,9	38,8	296,8	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	43,3	Пром.
Итого за второй завтрак		150	0,5	0,1	10,1	43,3	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,7	4	3,9	54,4	54-8з
	Свекольник	150	1,3	1,9	7,9	54,4	54-18с
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,2	3,9	22,4	137,2	54-5г
	Гуляш из говядины	50	8,5	8,3	1,9	116,1	54-2м
	Кисель	150	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб ржаной	55	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
Итого за обед		575	18,7	19,1	71,5	532,3	
Полдник	Крендель сахарный	50	3,3	5,9	25,2	166,7	54-16в
	Молоко 2.5%	150	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		200	9,1	10,9	34,8	273,3	
Итого за весь день		1280	37	42	155,2	1145,7	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20 декабря 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2	54-27к
	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9	54-21гн
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		412	10,4	13,3	47,6	352	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,5	0,1	10,1	43,3	Пром.
Итого за второй завтрак		180	0,5	0,1	10,1	43,3	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	7,1	6,7	95,1	54-8з
	Свекольник	180	1,6	2,3	9,5	65,3	54-18с
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,8	4,6	26,4	162,2	54-5г
	Гуляш из говядины	70	11,9	11,6	2,7	162,5	54-2м
	Кисель	180	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб ржаной	73	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
Итого за обед		693	23,5	26,6	80,7	655,3	
Полдник	Крендель сахарный	70	4,7	8,2	35,2	233,4	54-16в
	Молоко 2.5%	200	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		270	10,5	13,2	44,8	340	
Итого за весь день		1555	44,9	53,2	183,2	1390,6	

