

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20 марта 2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная гречневая	150	6	4,7	26,4	171,4	54-20к
	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,1	9,3	66,8	54-23гн
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром.
Итого за завтрак		355	10,3	12,1	45,6	331,4	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	43,3	
Итого за второй завтрак		150	0,5	0,1	10,1	43,3	
Обед	Салат из свеклы отварной	40	0,9	3,1	5,3	53,3	54-13з
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	150	6,5	4,5	10,4	108,6	54-5с
	Капуста тушеная с мясом	180	19,8	19,8	12	305,5	54-10м
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	17,8	72,9	54-1хн
	Хлеб пшеничный	55	4,2	0,4	27,1	128,9	Пром.
Итого за обед		575	31,8	27,8	72,6	669,2	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	50	5,2	3,1	8,7	83,2	54-2г
	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4	Пром.
Итого за полдник		200	9,6	6,9	15	159,6	
Итого за весь день		1280	52,2	46,9	143,3	1203,5	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20 марта 2025г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	54-20к
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	9,8	70,7	54-23гн
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		412	12	13,3	48,9	362,9	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,5	0,1	10,1	43,3	
Итого за второй завтрак		180	0,5	0,1	10,1	43,3	
Обед	Салат из свеклы отварной	60	0,9	3,1	5,3	53,3	54-13з
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	180	8,6	6,1	13,9	144,9	54-5с
	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3	339,4	54-10м
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,9	54-1хн
	Хлеб пшеничный	73	5,5	0,6	35,9	171,1	Пром.
Итого за обед		693	37,4	31,8	86,2	781,6	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	70	7,3	4,3	12,2	116,5	54-2т
	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8	Пром.
Итого за полдник		270	13,1	9,3	20,6	218,3	
Итого за весь день		1555	63	54,5	165,8	1406,1	