

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

26 ноября 2024г.

Возрастная категория: 1.5-3 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 2 | | | | | | | |
| Завтрак | Масло сливочное (порциями) | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | Пром. |
| | Каша жидкая молочная овсяная | 150 | 5,1 | 5,6 | 18,5 | 144,5 | 54-22к |
| | 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 | 9,3 | 14,8 | 46,3 | 364,4 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 0,4 | 0,1 | 9,1 | 41,3 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 40 | 0,7 | 4 | 3,9 | 54,4 | 54-8з |
| | Суп гороховый | 150 | 4,3 | 3,1 | 11,2 | 83,2 | 54-8с |
| | Картофельное пюре | 110 | 2,3 | 3,9 | 14,5 | 102,2 | 54-11г |
| | Тефтели рыбные (минтай) | 50 | 6,4 | 4 | 6,3 | 86,8 | 54-11р |
| | Соус красный основной | 25 | 0,8 | 0,6 | 2,2 | 17,7 | 54-3соус |
| | Кисель | 150 | 0,2 | 0,1 | 9,2 | 37,9 | 54-22хн |
| | Хлеб пшеничный | 55 | 4,2 | 0,4 | 27,1 | 128,9 | Пром. |
| Итого за обед | | 580 | 18,9 | 16,1 | 74,4 | 511,1 | |
| Полдник | Булочка ванильная | 50 | 3,9 | 3,4 | 25,4 | 147,4 | 54-10в |
| | Ряженка 2.5% | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 76,4 | Пром. |
| Итого за полдник | | 200 | 8,3 | 7,2 | 31,7 | 223,8 | |
| Итого за весь день | | 1285 | 36,9 | 38,2 | 161,5 | 1140,6 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

26 ноября 2024г.

Возрастная категория: 3- 7 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 2 | | | | | | | |
| Завтрак | Масло сливочное (порциями) | 7 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | Пром. |
| | Каша жидкая молочная овсяная | 200 | 6,8 | 7,4 | 24,6 | 192,7 | 54-22к |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,1 | 9,3 | 66,8 | 54-23гн |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 412 | 11,5 | 14,8 | 46,3 | 364,4 | |
| 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 | 70 | 1,2 | 7,1 | 6,7 | 95,1 | 54-8з |
| | Суп гороховый | 180 | 4,7 | 3,2 | 11,4 | 93,2 | 54-8с |
| | Картофельное пюре | 130 | 2,7 | 4,6 | 17,2 | 120,8 | 54-11г |
| | Тефтели рыбные (минтай) | 70 | 9 | 5,6 | 8,9 | 121,5 | 54-11р |
| | Соус красный основной | 25 | 0,8 | 0,6 | 2,2 | 17,7 | 54-3соус |
| | Кисель | 180 | 0,2 | 0,1 | 11 | 45,5 | 54-22хн |
| | Хлеб пшеничный | 73 | 5,5 | 0,6 | 35,9 | 171,1 | Пром. |
| Итого за обед | | 728 | 24,1 | 21,8 | 90 | 650,3 | |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 4,68 | 4,03 | 30,46 | 177 | 54-10в |
| | Ряженка 2.5% | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 101,8 | Пром. |
| Итого за полдник | | 270 | 10,48 | 9,03 | 38,86 | 278,8 | |
| Итого за весь день | | 1590 | 46,58 | 45,73 | 185,26 | 1336,8 | |

