

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29 мая 2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептур |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|------------|
|                         |                                       |           | белки            | жиры | углеводы |                         |            |
| Неделя 2<br>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

29 мая 2025г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                       |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 2<br>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                  |             |