

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

31 октября 2024г.

Возрастная категория: 1.5-3 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |  |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 1<br>День 4      |  |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак                 | Каша жидкая молочная пшеничная           | 150       | 5,8              | 7,1  | 26,4     | 192,4                   | 54-24к      |
|                         | Кофейный напиток с молоком               | 180       | 2,7              | 2,1  | 9,3      | 66,8                    | 54-23гн     |
|                         | Масло сливочное (порциями)               | 5         | 0                | 3,6  | 0,1      | 33                      | Пром.       |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 20        | 1,5              | 0,2  | 9,8      | 46,9                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |  | 355       | 10               | 13   | 45,6     | 339,1                   |             |
| Второй завтрак          | Сок фруктовый                            | 150       | 0,4              | 0,1  | 9,1      | 41,3                    |             |
|                         |  |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за второй завтрак |  | 150       | 0,4              | 0,1  | 9,1      | 41,3                    |             |
| Обед                    | Морковь в нарезке                        | 40        | 0,9              | 0,1  | 4,8      | 23,6                    | 54-32з      |
|                         | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150       | 3,6              | 1,6  | 11,6     | 75,6                    | 54-24с      |
|                         | Голубцы ленивые                          | 180       | 15,2             | 13,8 | 11,5     | 230,9                   | 54-3м       |
|                         | 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           |  | 575       | 24,1             | 16   | 64,2     | 496,9                   |             |
| Полдник                 | Ватрушка с повидлом                      | 50        | 3,1              | 1,4  | 32,4     | 154,4                   | 54-14в      |
|                         | Ряженка 2.5%                             | 150       | 4,4              | 3,8  | 6,3      | 76,4                    | Пром.       |
| Итого за полдник        |  | 200       | 7,5              | 5,2  | 38,7     | 230,8                   |             |
| Итого за весь день      |  | 1280      | 42               | 34,3 | 157,6    | 1108,1                  |             |

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

31 октября 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |  |           | белки            | жиры  | углеводы |                         |             |
| Неделя 1<br>День 4      |  |           |                  |       |          |                         |             |
| Завтрак                 | Каша жидкая молочная пшеничная           | 200       | 5,8              | 7,1   | 26,4     | 192,4                   | 54-24к      |
|                         | Кофейный напиток с молоком               | 180       | 2,7              | 2,1   | 9,3      | 66,8                    | 54-23гн     |
|                         | Масло сливочное (порциями)               | 7         | 0,1              | 5,1   | 0,1      | 46,3                    | Пром.       |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 25        | 1,9              | 0,2   | 12,3     | 58,6                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |  | 412       | 10,5             | 14,5  | 48,1     | 364,1                   |             |
| 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                    | Морковь в нарезке                        | 60        | 0,9              | 0,1   | 4,8      | 23,6                    | 54-32з      |
|                         | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180       | 4,3              | 2     | 14       | 90,8                    | 54-24с      |
|                         | Голубцы ленивые                          | 200       | 16,9             | 15,3  | 12,8     | 256,6                   | 54-3м       |
|                         | 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           |  | 693       | 27,8             | 18,1  | 78,5     | 587,6                   |             |
| Полдник                 | Ватрушка с повидлом                      | 70        | 3,73             | 1,67  | 38,85    | 185,4                   | 54-14в      |
|                         | Ряженка 2.5%                             | 200       | 5,8              | 5     | 8,4      | 101,8                   | Пром.       |
| Итого за полдник        |  | 270       | 9,53             | 6,67  | 47,25    | 287,2                   |             |
| Итого за весь день      |  | 1548      | 48,33            | 39,37 | 183,95   | 1282,2                  |             |