

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

19.02.2024г.

Возрастная категория: 1,5 - 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	каша полевая с маслом	150	5,5	2,7	18,2	118,9	43
	чай с сахаром	180	0,12	-	6,4	28,6	3
	хлеб пшеничный	20	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
Итого за завтрак			8,4	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	сок	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого за второй завтрак			2,1	0,1	10,15	70	
Обед	овощной салат с маслом	40	2,7	0,1	12	79,3	41
	суп рыбный из консервов	150	7,82	8,1	6,8	122,4	42
	манты	150	2,4	9,25	29,4	195,3	45
	хлеб пшеничный/ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	компот из сухофруктов	150	0,7	-	7,05	31,2	17
Итого за обед			14,7	18,56	71,05	490	
Полдник	вафля	50	3,5	2	15,3	107,5	
	молоко	150	2,8	5,05	15,15	102,5	9
Итого за полдник			6,3	7,05	30,45	210	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
19.02.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	каша полевая с маслом	200	7,9	5,3	27,8	188,9	43
	чай с сахаром	180	0,4	-	8,4	38,6	3
	хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	7	0,1	3,8	0,1	44,6	
	сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
Итого за завтрак			11,08	12	52,2	360	
Второй завтрак	сок	150	2,1	0,8	13,05	90	
Итого за второй завтрак			2,1	0,8	13,05	90	
Обед	овощной салат с маслом	60	3,9	1,5	15	120,5	41
	суп рыбный из консервов	180	8,82	9,6	17,55	160	42
	манты	200	3,9	10,5	35,5	222,2	45
	хлеб пшеничный/ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	компот из сухофруктов	180	1,2	-	7,5	65,5	17
Итого за обед							
Полдник	вафля	50	3,5	2	15,3	107,5	
	молоко	180	4,6	7,	23,85	162,5	9
Итого за полдник			8,1	9	39,15	270	