

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

28.03.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	суп рисовый молочный с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	28
	кофейный напиток	180	0,12	-	6,8	37,6	11
	хлеб пшеничный	20	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого за завтрак			8,4	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого за второй завтрак			2,1	0,1	10,15	70	
Обед	салат из свеклы с сахаром	40	1,6	2,7	9	80	29
	щи из свежей капусты на м/б	150	3	4,5	27,4	125,4	30
	каша перловая с соусом	135	1,44	1,6	3,1	134,7	31
	котлета любительская	50	6,8	8,7	8,7	56,9	26
	хлеб ржаной/пшеничный	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	компот	150	0,7	-	7,05	31,2	17
Итого за обед			14,7	18,7	71,05	490	
Полдник	сочник с творогом	50	3,5	2	15,3	107,5	32
	молоко	150	2,5	3,05	14,35	102,5	9
Итого за полдник			6,0	5,05	29,65	210	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
28.03.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	суп рисовый молочный с маслом	200	9,1	7	27,9	186	28
	кофейный напиток	180	0,52	-	8,4	67,6	11
	хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	7	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого за завтрак			10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	сок фруктовый	180	2,7	0,8	13,05	90	
Итого за второй завтрак			2,7	0,8	13,05	90	
Обед	салат из свеклы с сахаром	60	3,5	7,8	15	135	29
	щи из свежей капусты на м/б	180	4,62	12,3	38,25	177,2	30
	каша перловая с соусом	70	2,44	2,6	5,1	194,7	31
	котлета любительская	130	8,5	1,5	14,8	190,5	26
	хлеб ржаной/пшеничный	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	компот	180	1,2	-	7,5	65,5	17
Итого за обед			18,9	22,8	91,35	630	
Полдник	сочник с творогом	70	3,5	2	15,3	107,5	32
	молоко	180	4,3	2,65	23,05	162,5	
Итого за полдник			7,8	4,65	38,35	270	