



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
01.02.2024г.

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 молочная с маслом | 150 | 7,1 | 4,4 | 17,9 | 136 | |
| | 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 | 150 | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | | 2,1 | 0,1 | 10,15 | 70 | |
| Обед | салат из свеклы | 40 | 1,6 | 2,7 | 9 | 80 | 29 |
| | щи 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 пшеничный/ржаной | 55 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | компот | 150 | 0,7 | - | 7,05 | 31,2 | 17 |
| Итого за обед | | | 14,62 | 18,7 | 71,05 | 490 | |
| Полдник | Сочник из творога | 50 | 3,5 | 2 | 15,3 | 107,5 | 32 |
| | молоко | 150 | 2,5 | 3,05 | 14,35 | 102,5 | 9 |
| Итого за полдник | | | 6 | 5,05 | 29,65 | 210 | |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
01.02.2024г.

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 молочная 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 | 52,1 | 260 | |
| Второй завтрак | сок | 150 | 2,1 | 0,8 | 13,05 | 90 | |
| | Итого за второй завтрак | | | 2,1 | 0,8 | 13,05 | 90 |
| Обед | салат из свеклы | 60 | 3,5 | 7,8 | 15 | 135 | 29 |
| | щи на м/б | 180 | 4,62 | 12,3 | 38,25 | 177,2 | 30 |
| | каша перловая с соусом | 155 | 1,94 | 2,2 | 5,4 | 174,7 | 31 |
| | котлета любительская | 70 | 8,5 | 1,5 | 14,8 | 190,5 | 26 |
| | хлеб пшеничный/ржаной | 73 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | компот | 180 | 1,2 | - | 7,5 | 65,5 | 17 |
| Итого за обед | | | 20,84 | 25 | 96,75 | 804,7 | |
| Полдник | сочник с творогом | 70 | 3,5 | 2 | 15,3 | 107,5 | 32 |
| | молоко | 180 | 4,3 | 2,65 | 23,05 | 164,2 | 9 |
| Итого за полдник | | | 7,8 | 4,65 | 38,35 | 271,7 | |