



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
31.01.2024г.

Возрастная категория: 1,5 - 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	каша полтавская молочная с маслом	150	6,8	4,4	17,9	125	21
	какао	180	0,5	-	6,8	48,6	22
	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			8,48	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	луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	23
	суп гороховый на м/б	150	2,8	3,05	23,4	91,5	24
	рагу из овощей с мясом	200	9,24	12,45	18,5	248,5	25
	хлеб пшеничный/ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	8
Итого за обед			14,62	18,7	71,05	490	
Полдник	булка	50	3,8	4	16,1	107,5	27
	молоко	150	2,5	3,05	14,35	102,5	9
Итого за полдник			6,3	7,05	30,45	210	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 31.01.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	каша полтавская молочная с маслом	200	7,8	7	25,2	158	21
	какао	180	1,82	-	11,1	95,6	22
	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	150	2,1	0,8	13,05	90	
	Итого за второй завтрак			2,1	0,8	13,05	90
Обед	луковый салат	60	1,5	2,5	11,6	90,5	23
	суп гороховый на м/б	180	4,82	5,3	26,4	130,5	24
	рагу из овощей с мясом	200	10	14	26,5	305,6	25
	хлеб пшеничный/ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	8
Итого за обед			18,9	23	91,35	630	
Полдник	булка	70	3,8	6,35	16,1	10,8	27
	молоко	180	4,3	2,65	23,05	164,2	9
Итого за полдник			8,1	9	39,15	270	