

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22.02.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	каша пшеничная молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	56
	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	луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	23
	суп с клецками	150	1,65	2,45	18,55	109,4	62
	голубцы ленивые	150	7,5	7,45	14,9	180,3	57
	хлеб ржаной/пшеничный	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	8
Итого за обед			13,65	13	68,1	456,3	
Полдник	творожная запеканка	50	3,5	2	15,3	107,5	39
	ряженка	150	2,5	3,05	14,35	102,5	20
Итого за полдник			6	5,05	29,65	210	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22.02.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	каша пшеничная молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	56
	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	луковый салат	60	1,5	2,5	11,6	90,5	23
	суп с клецками	180	2,65	5,3	23,75	130,5	62
	голубцы ленивые	200	8,8	9,9	16,9	210,3	57
	хлеб ржаной/пшеничный	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	8
Итого за обед			17,4 5	18,8	86,4	551,3	
Полдник	твороженная запеканка	70	3,5	2	15,3	105,8	39
	ряженка	180	4,3	2,65	23,05	164,2	20
Итого за полдник			7,8	4,65	38,35	270	