

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10.01.2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная манная	150	4	4,3	19	130,7	54-27к
	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9	54-21гн
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром.
Итого за завтрак		<b>355</b>	<b>8,7</b>	<b>11,9</b>	<b>38,8</b>	<b>296,8</b>	
Второй завтрак	сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	43,3	Пром.
	Итого за второй завтрак		<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,3</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,7	4	3,9	54,4	54-8з
	Свекольник	150	1,3	1,9	7,9	54,4	54-18с
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,2	3,9	22,4	137,2	54-5г
	Гуляш из говядины	50	8,5	8,3	1,9	116,1	54-2м
	Кисель	150	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб ржаной	55	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
Итого за обед		<b>575</b>	<b>18,7</b>	<b>19,1</b>	<b>71,5</b>	<b>532,3</b>	
Полдник	Крендель сахарный	50	3,3	5,9	25,2	166,7	54-16в
	молоко	150	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		<b>200</b>	<b>9,1</b>	<b>10,9</b>	<b>34,8</b>	<b>273,3</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1280</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>155,2</b>	<b>1145,7</b>	

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10.01.2025г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2	54-27к
	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9	54-21гн
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		<b>412</b>	<b>10,4</b>	<b>13,3</b>	<b>47,6</b>	<b>352</b>	
Второй завтрак	сок фруктовый	180	0,5	0,1	10,1	43,3	
Итого за второй завтрак		<b>180</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,3</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	7,1	6,7	95,1	54-8з
	Свекольник	180	1,6	2,3	9,5	65,3	54-18с
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,8	4,6	26,4	162,2	54-5г
	Гуляш из говядины	70	11,9	11,6	2,7	162,5	54-2м
	Кисель	180	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб ржаной	73	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
Итого за обед		<b>693</b>	<b>23,5</b>	<b>26,6</b>	<b>80,7</b>	<b>655,3</b>	
Полдник	Крендель сахарный	70	4,7	8,2	35,2	233,4	54-16в
	молоко	200	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		<b>270</b>	<b>10,5</b>	<b>13,2</b>	<b>44,8</b>	<b>340</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1555</b>	<b>44,9</b>	<b>53,2</b>	<b>183,2</b>	<b>1390,6</b>	