

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.01.2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33	Пром.
	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,1	5,6	18,5	144,5	54-22к
	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,1	9,3	66,8	54-23гн
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром.
Итого за завтрак		<b>355</b>	<b>9,3</b>	<b>14,8</b>	<b>46,3</b>	<b>364,4</b>	
Второй завтрак	сок фруктовый	150	0,4	0,1	9,1	41,3	
	Итого за второй завтрак		<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>41,3</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,7	4	3,9	54,4	54-8з
	Суп гороховый	150	4,3	3,1	11,2	83,2	54-8с
	Картофельное пюре	110	2,3	3,9	14,5	102,2	54-11г
	Тефтели рыбные (минтай)	50	6,4	4	6,3	86,8	54-11р
	Соус красный основной	25	0,8	0,6	2,2	17,7	54-3соус
	Кисель	150	0,2	0,1	9,2	37,9	54-22хн
	Хлеб пшеничный	55	4,2	0,4	27,1	128,9	Пром.
Итого за обед		<b>580</b>	<b>18,9</b>	<b>16,1</b>	<b>74,4</b>	<b>511,1</b>	
Полдник	Булочка ванильная	50	3,9	3,4	25,4	147,4	54-10в
	Ряженка 2.5%	150	4,4	3,8	6,3	76,4	Пром.
Итого за полдник		<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>7,2</b>	<b>31,7</b>	<b>223,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1285</b>	<b>36,9</b>	<b>38,2</b>	<b>161,5</b>	<b>1140,6</b>	

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.01.2025г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,4	24,6	192,7	54-22к
	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,1	9,3	66,8	54-23гн
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		<b>412</b>	<b>11,5</b>	<b>14,8</b>	<b>46,3</b>	<b>364,4</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	70	1,2	7,1	6,7	95,1	54-8з
	Суп гороховый	180	4,7	3,2	11,4	93,2	54-8с
	Картофельное пюре	130	2,7	4,6	17,2	120,8	54-11г
	Тефтели рыбные (минтай)	70	9	5,6	8,9	121,5	54-11р
	Соус красный основной	25	0,8	0,6	2,2	17,7	54-3соус
	Кисель	180	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб пшеничный	73	5,5	0,6	35,9	171,1	Пром.
Итого за обед		<b>728</b>	<b>24,1</b>	<b>21,8</b>	<b>90</b>	<b>650,3</b>	
Полдник	Булочка ванильная	70	4,68	4,03	30,46	177	54-10в
	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8	Пром.
Итого за полдник		<b>270</b>	<b>10,48</b>	<b>9,03</b>	<b>38,86</b>	<b>278,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1590</b>	<b>46,58</b>	<b>45,73</b>	<b>185,26</b>	<b>1336,8</b>	