

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

16.01.2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|--|-------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша жидкая молочная пшеничная | 150 | 5,8 | 7,1 | 26,4 | 192,4 | 54-24к |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,1 | 9,3 | 66,8 | 54-23гн |
| | Масло сливочное (порциями) | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 355 | 10 | 13 | 45,6 | 339,1 | |
| Второй завтрак | сок фруктовый | 150 | 0,4 | 0,1 | 9,1 | 41,3 | |
| | Итого за второй завтрак | | 150 | 0,4 | 0,1 | 9,1 | 41,3 |
| Обед | Морковь в нарезке | 40 | 0,9 | 0,1 | 4,8 | 23,6 | 54-32з |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 3,6 | 1,6 | 11,6 | 75,6 | 54-24с |
| | Голубцы ленивые | 180 | 15,2 | 13,8 | 11,5 | 230,9 | 54-3м |
| | 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 | | 575 | 24,1 | 16 | 64,2 | 496,9 |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,1 | 1,4 | 32,4 | 154,4 | 54-14в |
| | Ряженка 2.5% | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 76,4 | Пром. |
| Итого за полдник | | 200 | 7,5 | 5,2 | 38,7 | 230,8 | |
| Итого за день | | 1280 | 42 | 34,3 | 157,6 | 1108,1 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
16.01.2025г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша жидкая молочная пшеничная | 200 | 5,8 | 7,1 | 26,4 | 192,4 | 54-24к |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,1 | 9,3 | 66,8 | 54-23гн |
| | Масло сливочное (порциями) | 7 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 412 | 10,5 | 14,5 | 48,1 | 364,1 | |
| Второй завтрак | сок фруктовый | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| | Итого за второй завтрак | | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 |
| Обед | Морковь в нарезке | 60 | 0,9 | 0,1 | 4,8 | 23,6 | 54-32з |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 4,3 | 2 | 14 | 90,8 | 54-24с |
| | Голубцы ленивые | 200 | 16,9 | 15,3 | 12,8 | 256,6 | 54-3м |
| | 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 | | 693 | 27,8 | 18,1 | 78,5 | 587,6 |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | 70 | 3,73 | 1,67 | 38,85 | 185,4 | 54-14в |
| | Ряженка 2.5% | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 101,8 | Пром. |
| Итого за полдник | | 270 | 9,53 | 6,67 | 47,25 | 287,2 | |
| Итого за день | | 1548 | 48,33 | 39,37 | 183,95 | 1282,2 | |