

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29.01.2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33	Пром.
	Суп молочный с рисом	150	3,7	3,4	13,8	100,1	54-18к
	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		355	8,3	10,5	33,6	252,9	
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	Салат из свеклы отварной	40	0,8	2,7	4,6	45,7	54-13з
	Суп картофельный с клецками	150	3,5	2,5	8,5	70,2	54-6с
	Жаркое по-домашнему	180	18,1	16,9	15,5	286,1	54-9м
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7	54-1хн
	Хлеб ржаной	55	3,6	0,7	18,4	93,9	Пром.
	Итого за обед		575	26,4	22,8	61,8	556,6
Полдник	Творожник песочный	50	5,99	6,4	20,2	162,6	54-15в
	Молоко 2.5%	150	4,4	3,8	7,2	80	Пром.
Итого за полдник		200	10,39	10,2	27,4	242,6	
Итого за день		1280	45,49	42,6	131,9	1093,4	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
29.01.2025г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Суп молочный с рисом	200	4,9	4,5	18,4	133,5	54-18к
	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		412	10	12,1	42,5	309,8	
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	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7	54-13з
	Суп картофельный с клецками	180	3,5	2,5	8,5	70,2	54-6с
	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9	54-9м
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,9	54-1хн
	Хлеб ржаной	73	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
Итого за обед		693	29,6	24,9	72,5	631,4	
Полдник	Творожник песочный	70	5,99	6,45	20,17	162,6	54-15в
	Молоко 2.5%	200	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		270	11,79	11,45	29,77	269,2	
Итого за день		1555	51,89	48,55	154,87	1253,7	