

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29.04.2025г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда               | Вес блюд а  | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|----------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
|                         |                                  |             | белки            | жиры        | углеводы     |                         |             |
| Неделя 2<br>День 7      |                                  |             |                  |             |              |                         |             |
| Завтрак                 | Каша жидкая молочная рисовая     | 150         | 4                | 4,1         | 21,5         | 138,4                   | 54-21к      |
|                         | 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.       |
|                         | Яйцо вареное (1 шт.)             | 40          | 4,8              | 4           | 0,3          | 56,6                    | 54-6о       |
|                         | Масло сливочное (порциями)       | 5           | 0                | 3,6         | 0,1          | 33                      | Пром.       |
| Итого за завтрак        |                                  | <b>395</b>  | <b>13,4</b>      | <b>14,2</b> | <b>41,6</b>  | <b>347,8</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                    | Морковь отварная дольками        | 40          | 0,5              | 1,3         | 2,8          | 25,1                    | 54-27з      |
|                         | Суп с рыбными консервами (сайра) | 150         | 4,4              | 5,1         | 9,4          | 101                     | 54-27с      |
|                         | Картофельное пюре                | 110         | 2,3              | 3,9         | 14,5         | 102,2                   | 54-11г      |
|                         | Котлета из говядины              | 60          | 9,1              | 8,7         | 8,2          | 147,6                   | 54-4м       |
|                         | Компот из смеси сухофруктов      | 150         | 0,4              | 0           | 14,8         | 60,7                    | 54-1хн      |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 55          | 4,2              | 0,4         | 27,1         | 128,9                   | Пром.       |
|                         |                                  |             |                  |             |              |                         |             |
| Итого за обед           |                                  | <b>565</b>  | <b>20,9</b>      | <b>19,4</b> | <b>76,8</b>  | <b>565,5</b>            |             |
|                         |                                  |             |                  |             |              |                         |             |
| Полдник                 | Ватрушка с творогом              | 50          | 8,2              | 10,3        | 15           | 185,7                   | 54-1в       |
|                         | Ряженка 2.5%                     | 150         | 4,4              | 3,8         | 6,3          | 76,4                    | Пром.       |
|                         |                                  |             |                  |             |              |                         |             |
| Итого за полдник        |                                  | <b>200</b>  | <b>12,6</b>      | <b>14,1</b> | <b>21,3</b>  | <b>262,1</b>            |             |
| <b>Итого за день</b>    |                                  | <b>1310</b> | <b>47,4</b>      | <b>47,8</b> | <b>149,8</b> | <b>1218,7</b>           |             |

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

## 29.04.2025г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда               | Вес блюд а  | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|----------------------------------|-------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |                                  |             | белки            | жиры        | углеводы      |                         |             |
| Неделя 2<br>День 7      |                                  |             |                  |             |               |                         |             |
| Завтрак                 | Каша жидкая молочная рисовая     | 200         | 5,3              | 5,4         | 28,7          | 184,5                   | 54-21к      |
|                         | 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.       |
|                         | Яйцо вареное (1 шт.)             | 40          | 4,8              | 4           | 0,3           | 56,6                    | 54-6о       |
|                         | Масло сливочное (порциями)       | 7           | 0,1              | 5,1         | 0,1           | 46,3                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |                                  | 452         | 15,2             | 17          | 51,3          | 418,9                   |             |
|                         |                                  |             |                  |             |               |                         |             |
| 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 отварная дольками        | 60          | 1                | 2,3         | 4,8           | 43,9                    | 54-27з      |
|                         | Суп с рыбными консервами (сайра) | 180         | 5,9              | 6,8         | 12,5          | 134,6                   | 54-27с      |
|                         | Картофельное пюре                | 130         | 2,7              | 4,6         | 17,2          | 120,8                   | 54-11г      |
|                         | Котлета из говядины              | 70          | 14,6             | 13,9        | 13,1          | 236,2                   | 54-4м       |
|                         | Компот из смеси сухофруктов      | 180         | 0,4              | 0           | 17,8          | 72,9                    | 54-1хн      |
|                         | Хлеб пшеничный                   | 73          | 5,5              | 0,6         | 35,9          | 171,1                   | Пром.       |
|                         |                                  |             |                  |             |               |                         |             |
| Итого за обед           |                                  | 693         | 30,1             | 28,2        | 101,3         | 702,9                   |             |
|                         |                                  |             |                  |             |               |                         |             |
| Полдник                 | Ватрушка с творогом              | 70          | 8,24             | 10,3        | 15,01         | 185,7                   | 54-1в       |
|                         | Ряженка 2.5%                     | 200         | 5,8              | 5           | 8,4           | 101,8                   | Пром.       |
|                         |                                  |             |                  |             |               |                         |             |
| Итого за полдник        |                                  | 270         | 14,04            | 15,3        | 23,41         | 287,5                   |             |
| <b>Итого за день</b>    |                                  | <b>1565</b> | <b>59,84</b>     | <b>60,6</b> | <b>186,11</b> | <b>1452,6</b>           |             |