

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.08.2024г.

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	каша полтавская молочная с маслом	150	6,8	4,4	17,9	125	21
	какао	180	0,5	-	6,8	48,6	22
	хлеб пшеничный	20	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого за завтрак			8,48	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого за второй завтрак			2,1	0,1	10,15	70	
Обед	луковый салат	40	0,8	2	6,3	57	23
	суп гороховый на м/б	150	2,8	3,05	23,4	91,5	24
	рагу из овощей	50	9,24	12,45	18,5	248,5	25
	хлеб ржаной/пшеничный	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	8
Итого за обед			14,62	18,7	71,05	490	
Полдник	булка	50	3,8	4	16,1	107,5	27
	молоко	150	2,5	3,05	14,35	102,5	9
Итого за полдник			6,3	7,05	30,45	210	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
21.08.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	каша полтавская молочная с маслом	200	7,8	7	25,2	158	21
	какао	180	1,82	-	11,1	95,6	22
	хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	масло сливочное	7	0,1	3,8	0,1	44,6	
Итого за завтрак			10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	сок фруктовый	180	2,7	0,8	13,05	90	
	Итого за второй завтрак		2,7	0,8	13,05	90	
Обед	луковый салат	60	1,5	2,5	11,6	90,5	23
	суп гороховый на м/б	180	4,82	5,3	26,4	130,5	24
	рагу из овощей	70	10	14	26,5	30,6	25
	хлеб ржаной/пшеничный	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	8
	Итого за обед			18,9	23	91,35	630
Полдник	булка	70	3,8	6,35	16,1	107,5	27
	молоко	180	4,3	2,65	23,05	162,5	9
Итого за полдник			8,1	9	39,15	270	