

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

30.08.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|--|-----------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 10 | | | | | | | |
| Завтрак | каша «Дружба» | 150 | 6,7 | 4,4 | 17,9 | 125 | 59 |
| | 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 | | | 8,38 | 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 | салат из моркови с растительным маслом | 40 | 0,5 | 0,5 | 6,3 | 57 | 45 |
| | щи из свежей капусты на м/б | 150 | 3,8 | 10,5 | 29,4 | 125,4 | 30 |
| | тефтели | 60 | 4,8 | 6,1 | 7,65 | 98 | 61 |
| | гречневая каша | 110 | 3,82 | 1,8 | 4,85 | 126,6 | 60 |
| | хлеб ржаной/пшеничный | 55 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | компот | 150 | 0,7 | - | 7,05 | 31,2 | 17 |
| | | | | | | | |
| Итого за обед | | | 14,7 | 19,25 | 71,05 | 490 | |
| Полдник | вафли | 50 | 3,5 | 2 | 15,3 | 107,5 | 3 |
| | молоко | 150 | 2,8 | 5,05 | 15,15 | 102,5 | 9 |
| | | | | | | | |
| Итого за полдник | | | 6,3 | 7,05 | 30,45 | 210 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
30.08.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------|--|-----------|------------------|------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 10 | | | | | | | |
| Завтрак | каша «Дружба» | 200 | 7,8 | 7 | 25,2 | 158 | 59 |
| | 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 | салат из моркови с растительным маслом | 60 | 1,5 | 0,5 | 9,3 | 89 | 45 |
| | щи из свежей капусты на м/б | 180 | 4,8 | 12,5 | 36,25 | 135,5 | 30 |
| | тефтели | 70 | 5,9 | 7 | 13,65 | 117,5 | 61 |
| | гречневая каша | 130 | 4,42 | 1,8 | 8,85 | 95,2 | 60 |
| | хлеб ржаной/пшеничный | 73 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | компот | 180 | 1,2 | - | 7,5 | 65,5 | 17 |
| Итого за обед | | | 18,9 | 23 | 91,35 | 630 | |
| Полдник | вафли | 70 | 3,5 | 2 | 15,3 | 105,8 | |
| | молоко | 180 | 4,6 | 7 | 23,85 | 164,2 | 9 |
| Итого за полдник | | | 8,1 | 9 | 39,15 | 270 | |