

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

16.12.2024г.

Возрастная категория: 1,5 - 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33	Пром.
	Макароны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,7	207,7	54-3г
	Чай с сахаром	180	0,1	0	5,7	23,5	54-2гн
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром.
Итого за завтрак		<b>355</b>	<b>9,5</b>	<b>10,6</b>	<b>44,3</b>	<b>311,1</b>	
Второй завтрак	сок	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	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,7	4	3,9	54,4	54-8з
	Рассольник домашний	150	2,3	3,1	6,2	65,7	54-4с
	Плов из отварной говядины	150	11,5	11,1	29	261,6	54-11м
	Кисель	150	0,2	0,1	9,2	37,9	54-22хн
	Хлеб ржаной	55	3,6	0,7	18,4	93,9	Пром.
Итого за обед		<b>545</b>	<b>18,3</b>	<b>19</b>	<b>66,7</b>	<b>513,5</b>	
Полдник	Вафли	50	2	15,3	31,3	270,5	Пром.
	Молоко 2.5%	150	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		<b>200</b>	<b>7,8</b>	<b>20,3</b>	<b>40,9</b>	<b>377,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1250</b>	<b>36,1</b>	<b>50</b>	<b>162</b>	<b>1245</b>	

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
16.12.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	7	0,1	5,1	0,1	46,3	Пром.
	Макароны отварные с сыром	200	9,5	8,2	34,4	249,3	54-3г
	Чай с сахаром	180	0,1	0	6,1	24,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		<b>412</b>	<b>11,6</b>	<b>13,5</b>	<b>52,9</b>	<b>379</b>	
Второй завтрак	сок	180	0,5	0,1	10,1	43,3	
	Итого за второй завтрак		<b>180</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,3</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	7,1	6,7	95,1	54-8з
	Рассольник домашний	180	2,6	3,3	6,7	66,7	54-4с
	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,7	348,8	54-11м
	Кисель	180	0,2	0,1	11	45,5	54-22хн
	Хлеб ржаной	73	4,8	0,9	24,4	124,7	Пром.
	Итого за обед		<b>693</b>	<b>24,1</b>	<b>26,1</b>	<b>87,5</b>	<b>680,8</b>
Полдник	Вафли	50	2	15,3	31,3	270,5	Пром.
	Молоко 2.5%	200	5,8	5	9,6	106,6	Пром.
Итого за полдник		<b>250</b>	<b>7,8</b>	<b>20,3</b>	<b>40,9</b>	<b>377,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1535</b>	<b>82,1</b>	<b>60</b>	<b>191,4</b>	<b>1480,2</b>	