

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

25.06.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 7 | | | | | | | |
| Завтрак | каша ячневая молочная с маслом | 150 | 7,1 | 4,4 | 17,9 | 136 | 47 |
| | кофейный напиток | 180 | 0,12 | - | 6,8 | 37,6 | 11 |
| | 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 | | | 8,4 | 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 капусты с растительным маслом | 40 | 2,9 | 0,1 | 14 | 89,3 | 48 |
| | рассольник домашний | 150 | 7,62 | 8,1 | 4,8 | 112,4 | 49 |
| | плов с мясом | 150 | 2,4 | 9,25 | 29,4 | 195,3 | 50 |
| | хлеб ржаной/пшеничный | 55 | 1,08 | 1,2 | 15,8 | 61,8 | |
| | кисель | 150 | 0,7 | - | 7,05 | 31,2 | 8 |
| | | | | | | | |
| Итого за обед | | | 14,7 | 18,65 | 71,05 | 490 | |
| Полдник | булка дрожжевая | 50 | 3,8 | 4 | 16,1 | 107,5 | 51 |
| | ряженка | 150 | 2,5 | 3,05 | 14,35 | 102,5 | 20 |
| Итого за полдник | | | 6,3 | 7,05 | 30,45 | 210 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
25.06.2024г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 7 | | | | | | | |
| Завтрак | каша ячневая молочная с маслом | 200 | 9,1 | 7 | 27,9 | 186 | 47 |
| | кофейный напиток | 180 | 0,52 | - | 8,4 | 67,6 | 11 |
| | 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 капусты с растительным маслом | 60 | 3,9 | 1,5 | 20 | 120,3 | 48 |
| | рассольник домашний | 180 | 8,92 | 11,5 | 9,8 | 180 | 49 |
| | плов с мясом | 200 | 3,5 | 9,5 | 34,7 | 226,3 | |
| | 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 | 23,7 | 91,35 | 630 | |
| Полдник | булка дрожжевая | 70 | 3,8 | 6,35 | 16,1 | 105,8 | 51 |
| | ряженка | 180 | 4,3 | 2,65 | 23,05 | 164,2 | 20 |
| Итого за полдник | | | 8,1 | 9 | 39,15 | 270 | |