

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

28.06.2024г.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 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			<b>8,38</b>	<b>9,4</b>	<b>40,6</b>	<b>280</b>	
Второй завтрак	сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
	Итого за второй завтрак		<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,15</b>	<b>70</b>	
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			<b>14,7</b>	<b>19,25</b>	<b>71,05</b>	<b>490</b>	
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			<b>6,3</b>	<b>7,05</b>	<b>30,45</b>	<b>210</b>	

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
28.06.2024г.

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			<b>10,8</b>	<b>12</b>	<b>52,2</b>	<b>360</b>	
Второй завтрак	сок фруктовый	180	2,7	0,8	13,05	90	
Итого за второй завтрак			<b>2,7</b>	<b>0,8</b>	<b>13,05</b>	<b>90</b>	
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			<b>18,9</b>	<b>23</b>	<b>91,35</b>	<b>630</b>	
Полдник	вафли	70	3,5	2	15,3	105,8	
	молоко	180	4,6	7	23,85	164,2	9
Итого за полдник			<b>8,1</b>	<b>9</b>	<b>39,15</b>	<b>270</b>	