

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

18.11.2024г.

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 | | 355 | 9,5 | 10,6 | 44,3 | 311,1 | |
| Второй завтрак | сок | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | Пром. |
| | Итого за второй завтрак | | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 |
| 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 | | 545 | 18,3 | 19 | 66,7 | 513,5 |
| 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 | | 200 | 7,8 | 20,3 | 40,9 | 377,1 | |
| Итого за день | | 1250 | 36,1 | 50 | 162 | 1245 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
18.11.2024г.

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 | | 412 | 11,6 | 13,5 | 52,9 | 379 | |
| Второй завтрак | сок | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| | Итого за второй завтрак | | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 |
| 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 | | 693 | 24,1 | 26,1 | 87,5 | 680,8 |
| 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 | | 250 | 7,8 | 20,3 | 40,9 | 377,1 | |
| Итого за день | | 1535 | 82,1 | 60 | 191,4 | 1480,2 | |