

Меню на 28.03.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	7.1	4.4	17.9	136	26
	Кофейный напиток	180	0.12	-	6.8	37.6	1
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	15.8	61.8	11
	Масло сливочное	5	0.1	3.8	0.1	44.6	11
<b>Итого на завтрак</b>		<b>355</b>	<b>8.4</b>	<b>9.4</b>	<b>40.6</b>	<b>280</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2.1	0.1	10.15	70	
	<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>2.1</b>	<b>0.1</b>	<b>10.15</b>	<b>70</b>
Обед	Луковый салат	40	0.8	2	6.3	57	46
	Суп с клёцками	150	1.65	2.45	18.55	109.4	25
	Голубцы ленивые	130	7.5	7.45	14.9	180.3	37
	Соус	25	1.05	3.05	2.95	33.7	4
	Хлеб ржаной	55	3	1.1	21.3	78.4	
	Кисель	150	0.7	-	7.05	31.2	13
<b>Итого на обед</b>		<b>550</b>	<b>14.7</b>	<b>16.05</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3.8	4	16.1	107.5	58
	Ряженка	150	2.5	3.05	14.35	102.5	7
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>6.3</b>	<b>7.05</b>	<b>30.45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1255</b>	<b>31.5</b>	<b>32.6</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 28.03.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшениная молочная	200	9.1	7	27.9	186	56
	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	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>412</b>	<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	
	<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>180</b>	<b>2.7</b>	<b>0.8</b>	<b>13.05</b>	<b>90</b>
Обед	Луковый салат	60	1.5	2.5	11.6	90.5	23
	Суп с клёцками на мясном бульоне	180	2.9	8.9	28.85	159.8	
	Голубцы ленивые	200	9.9	10.5	18.75	259.7	57
	Хлеб ржаной	73	3	1.1	21.1	78.4	
	Кисель	180	1.5	-	11.05	41.6	8
<b>Итого на обед</b>		<b>693</b>	<b>18.8</b>	<b>23</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Пирожок	70	3.9	6.35	16.1	105.8	39.55
	Ряженка	180	4.3	2.65	23.05	164.2	20
<b>Итого на полдник</b>		<b>250</b>	<b>8.2</b>	<b>9</b>	<b>39.15</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1535</b>	<b>40.5</b>	<b>44.8</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	