

Меню на 11.03.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша полевая с маслом	150	5.5	2.7	18.2	118.9	30
	Чай с сахаром	180	0.12	-	6.4	28.6	8
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	15.8	61.8	2
	Масло сливочное	5	0.1	3.8	0.1	44.6	2
	Сыр	5	1.6	1.7	0.1	26.1	2
<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	Овощной салат с маслом	40	2.7	0.1	12	79.3	49
	Суп рыбный из консервов	150	7.82	8.1	6.8	122.4	34
	Манты	150	2.4	9.25	29.4	195.3	62, 63
	Хлеб ржаной	55	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Компот из сухофруктов	150	0.7	-	7.05	31.2	6
<b>Итого на обед</b>		<b>545</b>	<b>14.7</b>	<b>18.65</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Творожное печенье	50	3.5	2	15.3	107.5	60
	Молоко	150	2.8	5.05	15.15	102.5	14
<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>1250</b>	<b>31.5</b>	<b>35.2</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 11.03.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша полевая (пшенная) с маслом	200	7.9	5.3	27.8	188.9	43
	Чай с сахаром	180	0.12	-	8.4	38.6	3
	Хлеб пшеничный	25	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	7	0.1	3.8	0.1	44.6	
	Сыр	5	1.6	1.7	0.1	26.1	
<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	Овощной салат (капуста,морковь) с маслом	60	3.9	1.5	15	120.5	41
	Суп рыбный из консервов	180	8.82	9.8	17.55	160	42
	Манты/курник	200	3.9	10.5	35.5	222.2	45.46
	Хлеб ржаной	73	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Компот из сухофруктов	180	1.2	-	7.5	65.5	17
<b>Итого на обед</b>		<b>693</b>	<b>18.9</b>	<b>23</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Творожное печенье	70	3.5	2	15.3	107.5	44
	Молоко	180	4.6	7	23.85	162.5	9
<b>Итого на полдник</b>		<b>250</b>	<b>8.1</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>	