

Меню на 13.03.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	150	7.1	4.4	17.9	145	21
	Чай с молоком	180	0.12	-	6.8	28.6	38
	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	Салат из свеклы растительным маслом	40	2.6	6.7	9	80	44
	Суп вермишелевый на мясокостном бульоне	150	2.92	1.45	13.55	115.5	69
	Рыба тушёная с овощами	50	4.9	8.3	7.55	105.9	70
	Картофельное пюре	110	2.5	1.6	18.1	95.6	5
	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>555</b>	<b>14.7</b>	<b>19.25</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Творожная запеканка	50	3.5	2	15.3	107.5	59
	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>1260</b>	<b>31.5</b>	<b>35.8</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 13.03.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	200	7.5	7	25.5	195	52
	Чай с молоком	180	2.12	-	10.8	58.6	34
	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	Салат из свеклы растительным маслом	60	3.5	7.8	15	135	29
	Суп вермишелевый на мясокостном бульоне	180	3.92	3.9	18.05	128.2	53
	Рыба тушёная с овощами	80	5	8.5	11.55	128.9	37
	Картофельное пюре	130	4.2	1.6	23.45	110.6	16
	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>703</b>	<b>18.9</b>	<b>23</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Творожная запеканка	70	3.5	2	15.3	107.5	54
	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>1545</b>	<b>40.5</b>	<b>44.8</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	