

Меню на 14.03.2024г

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
Итого на завтрак		355	8.4	9.4	40.6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2.1	0.1	10.15	70	
Итого на второй завтрак		150	2.1	0.1	10.15	70	
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
Итого на обед		550	14.7	16.05	71.05	490	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3.8	4	16.1	107.5	58
	Ряженка	150	2.5	3.05	14.35	102.5	7
Итого на полдник		200	6.3	7.05	30.45	210	
Итого за весь день:		1255	31.5	32.6	152.25	1050	

Меню на 14.03.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная 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	
Итого на завтрак		412	10.8	12	52.2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	2.7	0.8	13.05	90	
	Итого на второй завтрак		180	2.7	0.8	13.05	90
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
Итого на обед		693	18.8	23	91.35	630	
Полдник	Пирожок	70	3.9	6.35	16.1	105.8	39.55
	Ряженка	180	4.3	2.65	23.05	164.2	20
Итого на полдник		250	8.2	9	39.15	270	
Итого за весь день:		1535	40.5	44.8	195.75	1350	