

Меню на 27.02.2024г

От 1.5-3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергитическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|--|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша ячневая молочная с маслом | 150 | 7.1 | 4.4 | 17.9 | 136 | 15 |
| | 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 | Салат из капусты с растительным маслом | 40 | 2.9 | 0.1 | 14 | 89.3 | 44 |
| | Рассольник домашний | 150 | 7.62 | 8.1 | 4.8 | 112.4 | 16 |
| | Плов с мясом | 150 | 2.4 | 9.25 | 29.4 | 195.3 | 61 |
| | Хлеб ржаной | 55 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Кисель | 150 | 0.7 | - | 7.05 | 31.2 | 13 |
| Итого на обед | | 545 | 14.7 | 18.65 | 71.05 | 490 | |
| Полдник | Булка дрожжевая | 50 | 3.8 | 4 | 16.1 | 107.5 | 39 |
| | 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: | | 1250 | 31.5 | 35.2 | 152.25 | 1050 | |

Меню на 27.02.2024г

От 3 -7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергитическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|--|------------------|----------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша ячневая молочная с маслом | 200 | 9.1 | 7 | 27.9 | 186 | 47 |
| | 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 | Салат из капусты с растительным маслом | 60 | 3.9 | 1.5 | 20 | 120.3 | 48 |
| | Рассольник домашний | 180 | 8.92 | 11.5 | 9.8 | 180 | 49 |
| | Плов с мясом | 200 | 3.5 | 9.5 | 34.7 | 226.3 | 50 |
| | Хлеб ржаной | 73 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Кисель | 180 | 1.5 | - | 11.05 | 41.6 | 8 |
| Итого на обед | | 693 | 18.9 | 23.7 | 91.35 | 630 | |
| Полдник | Булка дрожжевая | 70 | 3.8 | 6.35 | 16.1 | 105.8 | 51 |
| | Ряженка | 180 | 4.3 | 2.65 | 23.05 | 164.2 | 20 |
| Итого на полдник | | 250 | 8.1 | 9 | 39.15 | 270 | |
| Итого за весь день: | | 1535 | 40.5 | 45.5 | 195.75 | 1350 | |