

Меню на 13.08.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	7.1	4.4	17.9	136	41
	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	Салат из моркови с сахаром	40	0.8	2	3.3	47.7	45
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	150	1.8	2.65	11.3	80.5	36
	Фрикадельки рыбные	50	4.8	10.7	5.8	130.5	53
	Соус	25	1.1	0.65	4.2	26.1	4
	Картофельное пюре	110	2.5	1.6	18.1	95.6	5
	Хлеб ржаной	55	3	1.1	21.3	78.4	
	Компот из сухофруктов	150	0.7	-	7.05	31.2	6
<b>Итого на обед</b>		<b>580</b>	<b>14.7</b>	<b>18.7</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3.5	2	15.3	107.5	19
	Ряженка	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>1285</b>	<b>31.5</b>	<b>35.25</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 13.08.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	9.1	7	27.9	186	10
	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	Салат из моркови с сахаром	60	0.9	2.5	9.5	80.5	58
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	180	1.9	5.3	20.5	118.5	13
	Фрикадельки рыбные	70	7.9	12.5	9.1	140.5	14
	Соус	25	1.1	0.65	4.2	26.1	15
	Картофельное пюре	130	2.9	2	19.45	120.5	16
	Хлеб ржаной	73	3	1.1	21.1	78.4	
	Компот из сухофруктов	180	1.2	-	7.5	65.5	17
<b>Итого на обед</b>		<b>718</b>	<b>18.9</b>	<b>24.05</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	3.5	2	15.3	107.5	39,18,19
	Ряженка	180	4.6	7	23.85	162.5	20
<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>1560</b>	<b>40.5</b>	<b>45.85</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	