

Меню на 18.07.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп рисовый молочный с маслом	150	7.1	4.4	17.9	136	27
	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 свеклы растительным маслом	40	1.6	2.7	9	80	40
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	150	3	4.5	27.4	125.4	22
	Каша перловая с соусом	135	1.44	1.6	3.1	134.7	
	Котлета любительская	50	6.8	8.7	8.7	56.9	12
	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>580</b>	<b>14.62</b>	<b>18.7</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Сочник из творога	50	3.5	2	15.3	107.5	56
	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>31.42</b>	<b>35.25</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 18.07.2024г

От 3 -7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп рисовый молочный с маслом	200	9.1	7	27.9	186	28
	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 свеклы растительным маслом	60	1.3	7.8	4.7	135	29
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	180	4.1	8.4	19.25	107.2	30
	Каша перловая с соусом	155	3.8	4.1	29.3	140.1	31,15
	Котлета любительская	70	7.5	1.5	14.8	120.4	26
	Хлеб ржаной	73	1	1.2	15.8	61.8	
	Компот из сухофруктов	180	1.2	-	7.5	65.5	17
<b>Итого на обед</b>		<b>718</b>	<b>18.9</b>	<b>23</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Сочник из творога	70	3.5	2	15.3	107.5	32.19
	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>44.8</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	