

Меню на 20.08.2024г

От 1.5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша 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
<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 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
<b>Итого на обед</b>		<b>545</b>	<b>14.7</b>	<b>18.65</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3.8	4	16.1	107.5	39
	Ряженка	150	2.5	3.05	14.35	102.5	7
<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>1250</b>	<b>31.5</b>	<b>35.2</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Меню на 20.08.2024г

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	
<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 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
<b>Итого на обед</b>		<b>693</b>	<b>18.9</b>	<b>23.7</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	70	3.8	6.35	16.1	105.8	51
	Ряженка	180	4.3	2.65	23.05	164.2	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>1535</b>	<b>40.5</b>	<b>45.5</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	