

Меню на 29.08.2024г

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
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 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
Итого на обед		580	14.62	18.7	71.05	490	
Полдник	Сочник из творога	50	3.5	2	15.3	107.5	56
	Ряженка	150	2.8	5.05	15.15	102.5	14
Итого на полдник		200	6.3	7.05	30.45	210	
Итого за весь день:		1285	31.42	35.25	152.25	1050	

Меню на 29.08.2024г

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	
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 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
Итого на обед		718	18.9	23	91.35	630	
Полдник	Сочник из творога	70	3.5	2	15.3	107.5	32.19
	Ряженка	180	4.6	7	23.85	162.5	20
Итого на полдник		250	8.1	9	39.15	270	
Итого за весь день:		1560	40.5	44.8	195.75	1350	