

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3.04.2025г.

Возрастная категория: 1.5-3 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Масло сливочное (порциями) | 5 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | Пром. |
| | Каша жидкая молочная гречневая | 150 | 6 | 4,7 | 26,4 | 171,4 | 54-20к |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,1 | 9,3 | 66,8 | 54-23гн |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 355 | 10,3 | 12,1 | 45,6 | 331,4 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| Обед | Салат из свеклы отварной | 40 | 0,9 | 3,1 | 5,3 | 53,3 | 54-13з |
| | Суп из овощей с фрикадельками мясными | 150 | 6,5 | 4,5 | 10,4 | 108,6 | 54-5с |
| | Капуста тушеная с мясом | 180 | 19,8 | 19,8 | 12 | 305,5 | 54-10м |
| | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,4 | 0 | 17,8 | 72,9 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 55 | 4,2 | 0,4 | 27,1 | 128,9 | Пром. |
| Итого за обед | | 575 | 31,8 | 27,8 | 72,6 | 669,2 | |
| Полдник | Запеканка из творога с морковью | 50 | 5,2 | 3,1 | 8,7 | 83,2 | 54-2т |
| | Ряженка 2.5% | 150 | 4,4 | 3,8 | 6,3 | 76,4 | Пром. |
| Итого за полдник | | 200 | 9,6 | 6,9 | 15 | 159,6 | |
| Итого за весь день | | 1280 | 52,2 | 46,9 | 143,3 | 1203,5 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
3.04.2025г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Масло сливочное (порциями) | 7 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | Пром. |
| | Каша жидкая молочная гречневая | 200 | 7,1 | 5,8 | 26,7 | 187,3 | 54-20к |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,9 | 2,2 | 9,8 | 70,7 | 54-23гн |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 412 | 12 | 13,3 | 48,9 | 362,9 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | 180 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,3 | |
| Обед | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,9 | 3,1 | 5,3 | 53,3 | 54-13з |
| | Суп из овощей с фрикадельками мясными | 180 | 8,6 | 6,1 | 13,9 | 144,9 | 54-5с |
| | Капуста тушеная с мясом | 200 | 22 | 22 | 13,3 | 339,4 | 54-10м |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,4 | 0 | 17,8 | 72,9 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 73 | 5,5 | 0,6 | 35,9 | 171,1 | Пром. |
| Итого за обед | | 693 | 37,4 | 31,8 | 86,2 | 781,6 | |
| Полдник | Запеканка из творога с морковью | 70 | 7,3 | 4,3 | 12,2 | 116,5 | 54-2т |
| | Ряженка 2.5% | 200 | 5,8 | 5 | 8,4 | 101,8 | Пром. |
| Итого за полдник | | 270 | 13,1 | 9,3 | 20,6 | 218,3 | |
| Итого за весь день | | 1555 | 63 | 54,5 | 165,8 | 1406,1 | |

