

Меню приготовляемых блюд на 31.03.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	150	5,212	5,975	21,573	159,61	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	320	10,222	15,636	45,379	313,22	
2-ой завтрак	Фрукты свежие – апельсины	100	0,9	0,2	8,1	40	
	Итого второй завтрак	100	0,9	0,2	8,1	40	
Обед	Уха из минтая с яйцом	150	8,026	4,786	5,0505	94,413	
	Тефтели рыбные в молочном соусе (минтай)	80	8,385	10,701	9,361	169	
	Пюре картофельное	100	2,22	4,721	13,302	106,75	
	Компот из урюка	150	0,1	0	12,8	52,6	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб дарницкий	40	2,808	0,436	18,52	86,4	
	Итого обед	540	23,179	20,876	68,5895	556,963	
Полдник	Кефир без сахара	150	4,5	3,75	6	76,5	
	Итого полдник	150	4,5	3,75	6	76,5	
У ж и н	Запеканка из творога с манной крупой	110	13,524	19,538	17,884	298,78	
	Подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,19	0,033	10,3	44,43	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	330	15,356	19,803	44,294	416,22	
	Всего за день	1440	54,157	55,06	172,3625	1402,903	

Менюготавливаемых блюд на 31.03.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энер- гети- ческая цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жи ры	Угле- воды		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	200	5,978	7,428	24,767	184,58	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	430	12,706	13,286	59,958	401,48	
2-ой завтрак	Фрукты свежие – апельсины	120	1,08	0,24	9,72	48	
	Итого второй завтрак	120	1,08	0,24	9,72	48	
Обед	Уха из минтая с яйцом	200	8,769	2,75	6,0165	100,05	
	Тефтели рыбные в молочном соусе (минтай)	120	12,02	10,527	19,28	225,3	
	Пюре картофельное	100	2,22	4,721	13,302	106,75	
	Компот из урюка	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб дарницкий	50	3,51	0,545	23,15	108	
	Итого обед	700	29,639	18,891	100,5775	709,75	
Полдник	Кефир без сахара	200	6	5	8	102	
	Итого полдник	200	6	5	8	102	
У ж и н	Запеканка из творога с манной крупой	130	17,06	23,548	23,8453	320,04	
	Подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,21	0,031	18,288	63,536	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	400	18,912	23,811	58,2433	456,586	
	Всего за день	1850	68,337	61,228	236,4988	1717,816	