

Менюготавливаемых блюд на 03.04.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энер- гетиче- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жи ры	Угле- воды		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Каша манная	150	5,518	5,518	22,328	169,43	
	Какао на молоке	150	3,602	4,015	5,919	73,1	
	Масло сливочное	5	0,04	3,625	0,067	33	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	325	10,66	14,735	38,418	328,13	
2-ой зав-трак	Фрукты свежие – яблоки	108	0,432	0,432	10,584	48,6	
	Итого второй завтрак	108	0,432	0,432	10,584	48,6	
Обед	Суп из овощей вегетарианский	200	1,274	3,249	8,487	73,98	
	Тефтели мясные в соусе	50/30	7,846	14,861	9,202	135,12	
	Пюре картофельное	80	1,792	3,78	10,773	86,04	
	Свекла тушеная с томатной пастой	50	0,819	1,68	5,517	40,5	
	Компот из сухофруктов	150	0,321	0	15,21	59,61	
	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	16,5	24,058	77,265	529,45	
Полдник	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	Напиток из шиповника	150	0,08	1,96	18,24	69,78	
	Итого полдник	170	1,58	1,96	33,12	153,18	
У ж и н	Каша гречневая	150	6,814	7,16	26,665	208,24	
	Салат из отварной моркови и яблок	50	0,545	7,585	5,971	35	
	Чай с сахаром	150	0,06	0,015	7,996	31,138	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	370	9,059	14,992	50,188	322,178	
	Всего за день	1143	38,231	56,177	209,575	1381,538	

Менюготавливаемых блюд на 03.04.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энер- гетиче- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жи ры	Угле- воды		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Каша манная	200	5,85	6,32	23,98	184,1	
	Какао на молоке	200	4,404	4,83	50,112	137,42	
	Масло сливочное	5	0,04	3,625	0,067	33	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	435	12,544	15,545	89,315	433,42	
2-ой зав-трак	Фрукты свежие – яблоки	114	0,456	0,456	11,172	51,3	
	Итого второй завтрак	114	0,456	0,456	11,172	51,3	
Обед	Суп из овощей вегетарианский	200	1,274	3,249	8,487	73,98	
	Тефтели мясные в соусе	70/30	11,014	11,231	10,383	158,12	
	Пюре картофельное	100	2,22	4,721	13,302	106,75	
	Свекла тушеная с томатной пастой	70	1,146	2,352	47,723	56,7	
	Компот из сухофруктов	200	0,384	0	23,13	61,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб дарницкий	50	3,51	0,545	23,15	108	
	Итого обед	650	22,034	22,446	106,509	662,11	
Полдник	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	125,1	
	Напиток из шиповника	200	0,08	0	23,23	23,23	
	Итого полдник	220	1,58	1,96	38,11	213,58	
У ж и н	Каша гречневая	200	8,02	9,415	30,737	293,65	
	Салат из отварной моркови и яблок	50	0,545	7,585	5,971	35	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,015	7,996	41,517	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	470	10,265	17,247	54,26	432,197	
	Всего за день	1889	46,879	57,654	293,366	1792,607	