

Меню приготавливаемых блюд на 08.04.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энер- гети- че- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жир ы	Угле- воды		
Неделя 2							
День 2							
Завтрак	Каша гречневая	150	6,814	7,16	26,665	197,93	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Сыр	16	3,9	4,02	0,3	52,8	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	336	15,724	15,636	50,771	404,34	
2-ой зав- трак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп картофельный с горохом	150	3,68	3,339	13,706	145,6	
	Голубцы ленивые с молочным со- усом	100	9,397	7,246	12,556	153,6	
	Картофель отварной с жареным лу- ком	80	2,933	5,971	11,922	113,03	
	Компот из сухих яблок	150	0,072	0	17,61	66,58	
	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	20,53	17,224	83,87	613,01	
Полдник	Напиток из шиповника	150	0,08	0	18,24	69,78	
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	Итого полдник	170	0,08	1,96	33,12	153,18	
У ж и н	Соте из рыбы	100	10,45	5,44	7,72	121,6	
	Соус сметанный	30	0,7	3,2	2,241	46	
	Зеленый горошек консервирован- ный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	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	350	14,45	8,999	32,777	278,43	
	Всего за день	1546	51,184	43,819	212,23 8	1498,9 6	

Менюготавливаемых блюд на 25.03.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энерге- тиче- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жир ы	Угле- воды		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Каша гречневая	200	8,02	9,415	30,737	263,9066	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Сыр	21	5,11	5,27	0,393	69,3	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	451	19,858	20,543	66,321	550,1066	
2-ой зав- трак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп картофельный с горохом	200	3,66	3,339	13,706	145,6	
	Голубцы ленивые с молочным со- усом	150	13,085	11,498	15,888	219,88	
	Картофель отварной с жареным лу- ком	40	0,8	0,053	4,5	21,2	
	Компот из сухих яблок	200	4,8	0	36,81	140,65	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб Дарницкий	50	3,51	0,545	23,15	108	
	Итого обед	730	31,65	25,114	136,87 5	924,73	
Полдник	Напиток из шиповника	200	0,08	0	23,23	88,48	
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	125,1	
	Итого полдник	220	1,58	1,96	38,11	213,58	
У ж и н	Соте из рыбы	110	11,335	7,249	8,343	144,9	
	Соус сметанный	50	0,923	3,97	2,4	56	
	Зеленый горошек консервирован- ный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	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	430	15,578	11,576	41,547	330,836	
	Всего за день	1981	69,071	59,193	294,55 3	2069,358 6	