

Менюготавливаемых блюд на 29.04.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю д а	Пищевые вещества			Энер- гетиче- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жир ы	Угле- воды		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Омлет натуральный	140	9,925	10,04	5,737	153,8	
	Зеленый горошек консервирован- ный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	Какао на молоке	150	3,602	4,015	5,919	73,1	
	Сыр	16	3,9	4,02	0,3	52,8	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	376	20,397	18,749	25,02	350,9	
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	Борщ со свежей капустой и карто- фелем вегетарианский	150	1,715	2,758	8,08	100,075	
	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	
	Напиток из сухих груш	150	0,225	0	15,075	60,75	
	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	18,718	16,643	75,709	561,655	
Полдник	Кисель на соке	150	0,325	0	23,39	97,9	
	Итого полдник	150	0,325	0	23,39	97,9	
У ж и н	Суфле из печени с рисом	75	6,2	36,1	8,1	126,12	
	Морковь тушёная	110	1,63	5,909	10,799	100,84	
	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	355	9,53	42,256	36,451	305,898	
	Всего за день	1529	49,402	78,08	171,15 4	1364,95 3	

Менюготавливаемых блюд на 29.04.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю д а	Пищевые вещества			Энер- гетиче- ская цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жи р ы	Угле- воды		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Омлет натуральный	140	9,925	10,04	5,737	153,8	
	Зеленый горошек консервирован- ный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	Какао на молоке	200	4,404	4,83	50,112	137,42	
	Сыр	21	5,11	5,27	0,393	69,3	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	441	23,159	21,004	74,358	458,02	
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	Борщ со свежей капустой и карто- фелем вегетарианский	200	2,286	3,677	10,77	116,525	
	Голубцы ленивые с молочным со- усом	150	13,085	11,498	15,888	219,88	
	Картофель отварной с жареным лу- ком	100	4,14	9,384	32,987	239	
	Напиток из сухих груш	200	0,3	0	20,1	81	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб дарницкий	50	3,51	0,545	23,15	108	
	Итого обед	730	25,781	25,452	117,22 9	836,105	
Полдник	Кисель на соке	200	0,507	0	29,74	119,62	
	Итого полдник	200	0,507	0	29,74	119,62	
У ж и н	Суфле из печени с рисом	95	7,85	45,7	10,26	159,7	
	Морковь тушёная	110	1,63	5,909	10,799	100,84	
	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	425	11,18	51,856	38,611	349,857	
	Всего за день	1910	61,083	98,768	271,11	1814,90 2	