

Менюготавливаемых блюд на 22.09.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энер- гети- ческая цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жир ы	Угле- воды		
Неделя 2							
День 1							
Завтрак	Каша Дружба	150	4,95	5,12	21,99	157,7	
	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	10,092	13,34	38,08	316,4	
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 картофе- лем вегетарианский	150	1,715	2,758	8,08	72,378	
	Котлета рыбная минтай	50	7,46	4,17	7,945	97,92	
	Соус томатный	30	0,484	1,16	1,628	20,9	
	Пюре картофельное	80	1,792	3,78	10,773	86,04	
	Компот из кураги	150	0,528	0	17,6	70,59	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб Дарницкий	40	2,808	0,436	18,52	86,4	
	Итого обед	520	16,427	12,536	74,102	482,028	
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 кру- пой	110	13,524	19,538	17,884	298,78	
	Сладкий подлив на повидле	30	0,026	0	11,377	44,04	
	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	310	15,25	19,785	46,813	421,758	
	Всего за день	1413	46,701	49,843	175,57 9	1369,92 6	

Меню приготавливаемых блюд на 22.09.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю д а	Пищевые вещества			Энер- гети- ческая цен- ность	№ ре- цеп- тур ы
			Белк и	Жир ы	Угле- воды		
Неделя 2							
День 1							
Завтрак	Каша Дружба	200	5,978	7,428	24,767	184,58	
	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	12,672	16,653	90,102	433,9	
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	96,504	
	Котлета рыбная минтай	70	11,91	5,44	10,45	144,87	
	Соус томатный	50	0,806	1,933	2,713	34,83	
	Пюре картофельное	100	2,22	4,721	13,302	106,75	
	Компот из кураги	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Чеснок	8	0,098	0,998	1,635	24,64	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб Дарницкий	50	3,51	0,545	23,15	108	
	Итого обед	708	23,95	17,662	100,849	685,244	
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 кру- пой	130	17,06	23,548	23,8453	320,04	
	Сладкий подлив на повидле	50	0,043	0	18,96	73,4	
	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	400	18,803	23,795	60,3573	482,757	
	Всего за день	1857	61,881	63,566	270,480 3	1755,20 1	