

Менюготавливаемых блюд на 10.03.20026 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептур ы
			Белк и	Жир ы	Угледо ды		
Неделя 4							
День 2							
Завтрак	Рожки отварные с сыром	140	9,868	10,797	30,025	261,99	
	Чай с сахаром	150	0,6	0,15	7,996	31,138	
	Масло сливочное	3	1,5	0,58	10,104	52,6	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	313	11,452	13,657	48,165	365,528	
2-ой завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп овощной вегетарианский	20	1,274	0,252	8,457	73,98	
	Соус томатный	30	0,48	1,16	1,628	20,9	
	Запеканка картофельная с овощами	150	4,22	6,1	1,628	20,9	
	Компот из урюка	150	0,1	0	12,8	52,6	
	Салат луковый	8	0,098	0,998	1,635	24,64	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб Дарницкий	40	2,808	0,436	18,52	86,4	
	Итого обед	598	10,624	9,178	74,926	475,32	
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	Каша гречневая	150	6,814	7,16	26,665	197,93	
	Чай с сахаром	150	0,06	0,015	7,996	31,914	
	Яйцо вареное	20	2,822	2,555	0,155	39,914	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	340	11,336	9,962	44,372	316,782	
	Всего за день	1571	35,392	34,667	212,283	1360,81	

Меню приготавливаемых блюд на 10.03.2026года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептур ы
			Белк и	Жир ы	Углевод ы		
Неделя 4 День 2							
Завтрак	Рожки отварные с сыром	140	9,868	10,797	30,025	261,99	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,015	7,996	41,518	
	Масло сливочное	5	0,04	3,625	0,067	33	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	375	12,218	15,207	53,244	415,407	
2-ой завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп овощной вегетарианский	200	1,274	0,252	8,487	73,98	
	Соус томатный	50	0,806	1,933	2,713	34,83	
	Запеканка картофельная с овощами	200	5,62	8,133	29,73	225,3	
	Компот из урюка	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Салат луковый	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	738	14,428	12,209	104,544	636,4	
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	Каша гречневая	200	8,02	9,415	30,737	263,9066	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,015	7,996	41,517	
	Яйцо вареное	40	5,772	5,226	0,317	71,415	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Итого ужин	460	15,492	14,888	48,606	424,6386	
	Всего за день	1943	44,118	44,464	256,204	1740,0256	