

Менюготавливаемых блюд на 04.08.20026 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энергетичес кая ценность	№ рецепту ры
			Белк и	Жир ы	Углево ды		
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	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	ИТОГО завтрак	320	11,820	11,616	50,471	351,54	
2-ой завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Щи из свежей капусты на мясо-костном бульоне с томат.-пастой	150	4,103	5,179	3,428	74,498	
	Жаркое по-домашнему	150	8,363	7,718	22,115	195,2	
	Свекла отварная	30	0,6	0,04	3,44	15,9	
	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	17,586	13,605	74,669	486,378	
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 молочный	30	1,46	2,528	2,956	39,04	
	Зеленый горошек консервированный	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	15,781	10,136	34,115	294,77	
	Всего за день	1530	45,671	37,317	204,075	1335,868	

Менюготавливаемых блюд на 04.08.2026года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энергетичес кая ценность	№ рецепту ры
			Белк и	Жир ы	Углево ды		
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	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	ИТОГО завтрак	430	14,748	15,273	65,928	480,8066	
2-ой завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
	Итого второй завтрак	150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Щи из свежей капусты на мясо-костном бульоне с томат.-пастой	200	5,47	6,905	4,57	99,33	
	Жаркое по-домашнему	200	11,15	10,29	29,48	260,26	
	Свекла отварная	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	720	28,19	18,141	112,844	701,14	
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 молочный	50	1,732	2,982	4,51	55	
	Зеленый горошек консервированный	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	440	20,962	13,409	44,584	376,336	
	Всего за день	1960	65,88	48,783	273,166	1821,8626	