

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

11.10.2024г

Возрастная категория: 1,5-3/3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	<u>Каша пшеничная молочная</u>	<u>150/200</u>	<u>7,1/9,1</u>	<u>4,4/7,0</u>	<u>17,9/27,9</u>	<u>136/186</u>	<u>24</u>
	<u>Кофейный напиток</u>	<u>180/200</u>	<u>0,12/0,52</u>	-	<u>6,8/8,4</u>	<u>37,6/67,6</u>	<u>1</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>25</u>	<u>1,08</u>	<u>1,2</u>	<u>15,8</u>	<u>61,8</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Масло сливочное</u>	<u>5</u>	<u>0,1</u>	<u>3,8</u>	<u>0,1</u>	<u>44,6</u>	<u>Пром.</u>
Итого за завтрак		<u>360/430</u>	<u>8,4/10,8</u>	<u>9,4/12,0</u>	<u>40,6/52,2</u>	<u>280/360</u>	
Второй завтрак	<u>Сок фруктовый</u>	<u>150/200</u>	<u>2,1/2,7</u>	<u>0,1/0,8</u>	<u>10,15/13,05</u>	<u>70/90</u>	<u>Пром.</u>
Итого за второй завтрак		<u>150/200</u>	<u>2,1/2,7</u>	<u>0,1/0,8</u>	<u>10,15/13,05</u>	<u>70/90</u>	
Обед	<u>Салат луковый</u>	<u>40/60</u>	<u>0,8/1,5</u>	<u>2/2,5</u>	<u>6,3/11,6</u>	<u>57/90,5</u>	<u>39</u>
	<u>Суп картофельный с фрикадельками</u>	<u>150/200</u>	<u>1,65/2,65</u>	<u>2,45/5,3</u>	<u>18,55/25,75</u>	<u>109,4/130,5</u>	<u>23</u>
	<u>Голубцы ленивые с соусом</u>	<u>155/225</u>	<u>8,55/10,2</u>	<u>10,5/13,9</u>	<u>17,85/21,85</u>	<u>224/289</u>	<u>32/4</u>
	<u>хлеб</u>	<u>50</u>	<u>3</u>	<u>1,1</u>	<u>21,1</u>	<u>78,4</u>	<u>Пром.</u>
	<u>кисель</u>	<u>180/200</u>	<u>0,7/1,5</u>	-	<u>7,05/11,05</u>	<u>31,2/41,6</u>	<u>13</u>
	Итого за обед		<u>575/735</u>	<u>14,7/18,9</u>	<u>16,05/22,8</u>	<u>71,05/91,35</u>	<u>490/630</u>
Полдник	<u>Молоко</u>	<u>150/200</u>	<u>2,5/4,3</u>	<u>3,05/2,65</u>	<u>14,35/23,05</u>	<u>102,5/164,2</u>	<u>7</u>
	<u>Пирожок с повидлом</u>	<u>50</u>	<u>3,8</u>	<u>6,35</u>	<u>16,1</u>	<u>105,8</u>	<u>51</u>
	Итого за полдник		<u>230/250</u>	<u>6,3/8,1</u>	<u>7,05/9,0</u>	<u>30,45/39,15</u>	<u>210/270</u>