

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

15.01.2025г

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 8							
Завтрак	<u>Суп молочный с макаронными изделиями</u>	<u>150/200</u>	<u>4,1\5,5</u>	<u>3,4\4,5</u>	<u>13,4\17,9</u>	<u>100,7\134,2</u>	<u>54-19к</u>
	<u>Чай с молоками сахаром</u>	<u>180/200</u>	<u>1,4\1,6</u>	<u>1,0\1,1</u>	<u>7,7\8,6</u>	<u>45,8\50,9</u>	<u>54-4гн</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>30\25</u>	<u>2,3\1,9</u>	<u>0,2\0,2</u>	<u>14,8\12,3</u>	<u>70,3\58,6</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Сыр твёрдых сортов</u>	<u>5\10</u>	<u>1,2\2,3</u>	<u>1,5\3,0</u>	<u>0</u>	<u>17,9\35,8</u>	<u>54-1з</u>
	<u>Масло сливочное</u>	<u>5\10</u>	<u>0\0,1</u>	<u>3,6\7,3</u>	<u>0,1\0,1</u>	<u>33\66,1</u>	<u>53-19з</u>
Итого за завтрак		<u>370\445</u>	<u>9,0\11,4</u>	<u>9,7\16,1</u>	<u>36,0\38,9</u>	<u>267,7\345,6</u>	
Второй завтрак	<u>Сок фруктовый</u>	<u>150/180</u>	<u>0,8\0,9</u>	<u>0</u>	<u>19,1\22,9</u>	<u>79,2\95</u>	<u>Пром.</u>
Итого за второй завтрак		<u>150/180</u>	<u>0,8\0,9</u>	<u>0</u>	<u>19,1\22,9</u>	<u>79,2\95</u>	
Обед	<u>Свекла отварная дольками</u>	<u>40/60</u>	<u>0,6\0,9</u>	<u>0\0,1</u>	<u>3,5\5,2</u>	<u>16,8\25,2</u>	<u>54-28з</u>
	<u>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</u>	<u>150/180</u>	<u>3,5\4,2</u>	<u>4,3\5,1</u>	<u>7,6\9,1</u>	<u>82,8\99,4</u>	<u>54-2с</u>
	<u>Тефтели рыбные(минтай)</u>	<u>60/70</u> <u>110/130</u>	<u>7,7\9,0</u> <u>10,6\12,5</u>	<u>4,8\5,6</u> <u>1,0\1,1</u>	<u>7,6\8,9</u> <u>24,8\29,3</u>	<u>104,2\121,6</u> <u>150,2\177,5</u>	<u>54-21г</u> <u>54-21г</u>
	<u>Гороховое пюре</u>						
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>50\73</u>	<u>3,8\5,5</u>	<u>0,4\0,6</u>	<u>24,6\35,9</u>	<u>117,2\171,1</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Соус красный основной</u>	<u>25\25</u>	<u>0,8\0,8</u>	<u>0,6\0,6</u>	<u>2,2\2,2</u>	<u>17,7\17,7</u>	<u>54-3соус</u>
	<u>кисель</u>	<u>150/180</u>	<u>0\0</u>	<u>0-</u>	<u>52,4\62,9</u>	<u>52,4\62,9</u>	<u>54-22хн</u>
	Итого за обед		<u>585\718</u>	<u>27,0\32,9</u>	<u>11,1\13,1</u>	<u>83,4\106,3</u>	<u>541,3\675,4</u>
Полдник	<u>Молоко 2,5%</u>	<u>150/200</u>	<u>4,4\5,8</u>	<u>1,5\5,0</u>	<u>7,2\9,6</u>	<u>80,0\106,6</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Булочка школьная</u>	<u>50\70</u>	<u>4,3\6,0</u>	<u>1,5\2,1</u>	<u>28,4\39,7</u>	<u>143,9\201,4</u>	<u>54-9в</u>
	Итого за полдник		<u>200/270</u>	<u>8,7\11,8</u>	<u>5,3\5,0</u>	<u>35,6\49,3</u>	<u>223,9\308,0</u>