

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

19.02.2025г

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>	