

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

24.01.2025г

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 10							
Завтрак	<u>Каша жидкая молочная манная</u>	<u>150/200</u>	<u>4/5,3</u>	<u>4,3/5,7</u>	<u>19,0/25,3</u>	<u>130,7/174,2</u>	<u>54-27к</u>
	<u>Какао с молоком</u>	<u>180/180</u>	<u>4,2</u>	<u>3,2</u>	<u>11,2</u>	<u>90,4</u>	<u>54-21гн</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>20/25</u>	<u>1,5/1,9</u>	<u>0,2/0,2</u>	<u>9,8/12,3</u>	<u>46,9/58,6</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Масло сливочное</u>	<u>5/7</u>	<u>0/0,1</u>	<u>3,6/5,1</u>	<u>0,1/0,1</u>	<u>33,0/46,3</u>	<u>Пром.</u>
<b>Итого за завтрак</b>		<b><u>355/412</u></b>	<b><u>9,7/11,5</u></b>	<b><u>11,3/14,2</u></b>	<b><u>40,1/48,9</u></b>	<b><u>301/369,5</u></b>	
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>
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b><u>150/180</u></b>	<b><u>0,8/0,9</u></b>	<b><u>0</u></b>	<b><u>19,1/22,9</u></b>	<b><u>79,2/95</u></b>	
Обед	<u>Салат из белокочанной капусты с морковью</u>	<u>40/60</u>	<u>0,7/1,0</u>	<u>4,0/6,1</u>	<u>3,9/5,8</u>	<u>54,4/81,5</u>	<u>54-8з</u>
	<u>Свекольник</u>	<u>150/180</u>	<u>3,5/4,2</u>	<u>2,0/2,4</u>	<u>8,1/9,8</u>	<u>64,3/77,2</u>	<u>54-23с</u>
	<u>Каша перловая рассыпчатая</u>	<u>130/130</u>	<u>3,8</u>	<u>4,6</u>	<u>26,4</u>	<u>162,2</u>	<u>54-5г</u>
	<u>Гуляш из говядины</u>	<u>50/70</u>	<u>8,5/11,9</u>	<u>8,3/11,6</u>	<u>1,9/2,7</u>	<u>116,1/162,5</u>	<u>54-2м</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>55/73</u>	<u>3,6/4,8</u>	<u>0,7/0,9</u>	<u>18,4/24,4</u>	<u>93,9/124,7</u>	<u>Пром.</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>
	<b>Итого за обед</b>		<b><u>575/693</u></b>	<b><u>20,1/25,7</u></b>	<b><u>19,6/25,6</u></b>	<b><u>71,8/84,8</u></b>	<b><u>543,3/671</u></b>
Полдник	<u>Молоко 2,5</u>	<u>150/200</u>	<u>4,4/5,8</u>	<u>3,88/5</u>	<u>7,2/9,6</u>	<u>80/106,6</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Крендель сахарный</u>	<u>50/70</u>	<u>3,3/4,7</u>	<u>5,9/8,2</u>	<u>25,2/35,2</u>	<u>166,8/233,5</u>	<u>54-17в</u>
	<b>Итого за полдник</b>		<b><u>200/270</u></b>	<b><u>7,7/10,5</u></b>	<b><u>9,7/13,2</u></b>	<b><u>32,4/44,8</u></b>	<b><u>246,8/340,1</u></b>