

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

27.03.2025г

Возрастная категория: 1,5-3/3-7 лет

| Приём пищи                     | Наименование блюда                              | Вес блюда             | Пищевые вещества        |                         |                          | Энергетическая ценность   | № рецептуры    |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|----------------|
|                                |                                                 |                       | белки                   | жиры                    | углеводы                 |                           |                |
| Неделя 1<br>День 4             |                                                 |                       |                         |                         |                          |                           |                |
| Завтрак                        | <u>Каша жидкая молочная пшениная</u>            | <u>150/180</u>        | <u>4,5/7,5</u>          | <u>4,5/9,1</u>          | <u>20,4/33,9</u>         | <u>141,9/247,4</u>        | <u>54-24к</u>  |
|                                | <u>Кофейный напиток</u>                         | <u>180/195</u>        | <u>3,5/3,8</u>          | <u>2,6/2,8</u>          | <u>10,1/10,9</u>         | <u>77,4/83,8</u>          | <u>54-23гн</u> |
|                                | <u>Масло сливочное (порциями)</u>               | <u>5/5</u>            | <u>0</u>                | <u>3,6/3,6</u>          | <u>0,1/0,1</u>           | <u>33/33</u>              | <u>53-19з</u>  |
|                                | <u>Хлеб пшеничный</u>                           | <u>20/20</u>          | <u>1,5/1,5</u>          | <u>0,2/0,2</u>          | <u>9,8/9,8</u>           | <u>46,9/46,9</u>          | <u>Пром.</u>   |
|                                |                                                 |                       |                         |                         |                          |                           |                |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                                                 | <b><u>355/400</u></b> | <b><u>9,5/12,8</u></b>  | <b><u>11,1/15,7</u></b> | <b><u>40,4/54,7</u></b>  | <b><u>299,2/411,1</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>     |                |
|                                | <u>Суп картофельный с макаронными изделиями</u> | <u>150/180</u>        | <u>3,6/4,3</u>          | <u>1,6/2</u>            | <u>11,6/14</u>           | <u>75,6/90,8</u>          | <u>54-24с</u>  |
|                                | <u>Голубцы ленивые</u>                          | <u>180/200</u>        | <u>15,2/16,9</u>        | <u>13,8/15,3</u>        | <u>11,5/12,8</u>         | <u>230,9/256,6</u>        | <u>54-3м</u>   |
|                                | <u>кисель</u>                                   | <u>150/180</u>        | <u>0</u>                | <u>0</u>                | <u>13,1/15,7</u>         | <u>52,4/62,9</u>          | <u>54-22хн</u> |
|                                | <u>Хлеб пшеничный</u>                           | <u>55/73</u>          | <u>4,2/5,5</u>          | <u>0,4/0,6</u>          | <u>27,1/35,9</u>         | <u>128,9/171,1</u>        | <u>Пром.</u>   |
|                                |                                                 |                       |                         |                         |                          |                           |                |
|                                | <b><u>Итого за обед</u></b>                     | <b><u>575/693</u></b> | <b><u>23,5/27,5</u></b> | <b><u>15,8/18</u></b>   | <b><u>66,1/82,35</u></b> | <b><u>501,3/601,6</u></b> |                |
| Полдник                        | <u>Ряженка 2,5%</u>                             | <u>150/200</u>        | <u>4,4/5,8</u>          | <u>3,8/5</u>            | <u>6,3/8,4</u>           | <u>76,4/101,8</u>         | <u>Пром.</u>   |
|                                | <u>Ватрушка с повидлом</u>                      | <u>50/70</u>          | <u>3,1/4,4</u>          | <u>1,4/1,9</u>          | <u>32,4/45,3</u>         | <u>154,4/216,2</u>        | <u>54-14в</u>  |
|                                | <b><u>Итого за полдник</u></b>                  | <b><u>200/270</u></b> | <b><u>7,5/10,2</u></b>  | <b><u>5,2/6,9</u></b>   | <b><u>38,7/53,7</u></b>  | <b><u>230,8/318</u></b>   |                |