

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

16.05.2021

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Суп Мясной с крупой	200	5,46	6,63	12,22	156	1
	Каша с маслом	25,6	1,95	4,49	12,38	98	16
	Коржики на масле	200	2,6	2,42	15,89	98	2
	Итого завтрак		10,31	13,9	46,55	352	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47,01	
	Итого завтрак2		0,6	0,4	20,13	93,01	
Обед							
	Суп Вермишевый	250	4,5	2,3	24,72	191,58	52
	Каша пшеница с мяс	215	3,36	4,06	13,78	139,92	53
	Салат картофель с овощами	60	0,24	6,79	5,64	22	91
	Кисель	180	-	-	25,95	100	20
	Каша пшеничная	25	2	0,25	12,05	59	
	Каша бордоская	50	2,2	0,6	24,4	116	
	Итого обед		13,5	23	106,79	694,5	
Полдник							
	Молоко	180	5,22	5,76	7,2	106,2	49
	Батон	30	2,4	0,3	14,46	40,2	
	Итого за полдник						
Ужин							
	Ленивые вареники	150	13,24	12,5	34,12	358,39	4
	Чай с молоком	180/12	0,2	1	13,5	56	
	Итого за ужин		14,64	13,5	47,68	414,39	
	Итого за день		39,05	51	221	1550	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

16.05.2021

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Суп Мясной с крупой	120	5,2	6	16,5	140,4	1
	Каша с маслом	20,6	1,54	4,45	9,92	86	16
	Коржики на масле	150	3,42	6,09	9,9	102	2
	Итого завтрак		10,19	16,54	36,32	334,4	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	95	0,36	0,27	9,27	42,31	16
	Итого завтрак2		0,56	0,37	19,37	88,31	
Обед							
	Суп Вермишевый	200	3,54	5,2	19,59	139,34	52
	Каша пшеница с мяс	150	2,29	4,21	9,36	95,4	53
	Салат картофель с овощами	30	0,63	5,09	4,23	66	91
	Кисель	150	-	-	25,95	100	20
	Каша пшеничная	20	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Каша бордоская	40	2,24	0,48	19,76	92,8	
	Итого обед		10,33	15,48	88,53	540,44	
Полдник							
	Молоко	150	4,35	4,2	6	28,5	
	Батон	20	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Итого за полдник		5,95	5	15,64	135,7	
Ужин							
	Ленивые вареники	90	2	4,26	19,25	206,36	4
	Чай с молоком	150	0,64	0,23	11,25	46,67	59
	Итого за ужин		2,64	4,09	31,1	253,03	
	Итого за день		36	46	191	1352	