

Меню приготавливаемых блюд
на « 16» апреля 2025 года
Возрастная категория: 1-3 лет и 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
3 день 2 неделя								
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	7.1/7.5	4.4/7	17.9/25.5	145/195	54-19к
	Чай с молоком и сахаром	150	180	0.12/2.12	_____	6.8/10.8	28.6/58.6	54-4гн
	Хлеб пшеничный	20	25	1.08	2.2/1.2	15.8	61.8	Пром.
	Масло сливочное	5	7	0.1	3.8	0.1	44.6	Пром.
Итого за завтрак		325	412	8.4/10.8	9.4/12	40.6/52.2	280/360	
2 завтрак	Сок фруктовый	150	180	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	Пром.
Итого за второй завтрак		150	180	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	
обед	Свёкла отварная дольками	40	60	2.6/3.5	6.7/7.8	9/15	80/135	54-28з
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	180	2.92/3.92	1.45/3.9	13.55/18.05	115.5/128.2	54-2с
	Тефтели рыбные(минтай), соус	50/25	70/25	4.9/5	8.3/9.5	7.55/11.55	105.9\128.9	54-11р/3соус
	Горошница	110	130	2.5/4.2	1.6	18.1/23.45	95.6/110.6	54-21г
	Хлеб пшеничный	55	73	1.08	1.2	15.8	61.8	Пром.
	Кисель	150	180	0.7/1.2	_____	7.05/7.5	31.2/65.5	54-22хн
Итого за обед		590	718	14.7/18.9	19.25/23	71.05/91.35	490/630	
полдник	Булочка школьная	50	70	3.5	2	15.3	107.5	54-9в
	Молоко 2,5%	150	200	2.8/4.6	5.05/7	15.15/23.85	102.5/107.5	Пром.
Итого за полдник		200	270	6.3/8.1	7.05/9	30.45/39.15	210/270	
Итого за день:		1315	1645	31.48/40.5	35.25/45.6	152.25/195.75	1050/1350	

