

Меню приготавливаемых блюд  
 на «16» июня 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 | № рецептуры |
|--------------------------------|---------------------------------|---------------|---------------|------------------------|------------------|------------------|-------------------------|-------------|
|                                |                                 |               |               | Белки                  | Жиры             | Углеводы         |                         |             |
| <b>1 день<br/>1 неделя</b>     |                                 |               |               |                        |                  |                  |                         |             |
| завтрак                        | Каша вязкая молочная кукурузная | 150           | 200           | 5.4/6.9                | 6.9/8.7          | 33/41.8          | 115.8/273.4             | 54-2к       |
|                                | Чай с сахаром                   | 180           | 180           | 0.1                    | _____            | 5.7              | 23.5                    | 54-2гн      |
|                                | Хлеб пшеничный                  | 20            | 25            | 1.5/1.9                | 0.2              | 9.8/12.3         | 46.9/58.6               | Пром.       |
|                                | Масло сливочное                 | 5             | 7             | 0 /0.1                 | 3.6/5.1          | 0.1              | 33/46.3                 | Пром.       |
|                                | Сыр твердых сортов              | 5             | 10            | 1.2/1.4                | 1.5/1.8          | 0                | 17.9/21.5               | 54-1з       |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                                 | <b>360</b>    | <b>422</b>    | <b>8.2/10.4</b>        | <b>12.2/15.8</b> | <b>48.6/59.9</b> | <b>337.1 /423.3</b>     |             |
| 2 завтрак                      | Сок фруктовый                   | 150           | 180           | 0.4/0.5                | 0.1/0.1          | 9.1/10.1         | 43.3                    | Пром.       |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                                 | <b>150</b>    | <b>180</b>    | <b>0.4/0.5</b>         | <b>0.1/0.1</b>   | <b>9.1/10.1</b>  | <b>43.3</b>             |             |
| Обед                           | Салат из белокочанной капусты   | 40            | 70            | 1/1.8                  | 4.1/7.1          | 4.2/7.3          | 57.2/100.1              | 54-7з       |
|                                | Суп крестьянский с крупой       | 150           | 180           | 5/3.7                  | 5.8/4.3          | 8.5/11.3         | 87.7/116.9              | 54-11с      |
|                                | Гуляш из говядины               | 50            | 70            | 8.5/11.9               | 8.3/11.6         | 1.9/2.7          | 116.1/16.5              | 54-2м       |
|                                | Макароны отварные               | 110           | 130           | 3.9                    | 3.6              | 24.1             | 144.3                   | 54-1г       |
|                                | Компот из смеси сухофруктов     | 150           | 180           | 0.4                    | 0                | 14.8/17.8        | 60.7/72.                | 54- 1хн     |
|                                | Хлеб ржаной                     | 55            | 73            | 3.6/4.8                | 0.7/0.9          | 18.4/24.4        | 93.9/124.7              | Пром.       |
| <b>Итого за обед</b>           |                                 | <b>555</b>    | <b>703</b>    | <b>21.1/27.8</b>       | <b>21/29</b>     | <b>71.9/87.6</b> | <b>559.9/721.4</b>      |             |