

Ежедневное меню от 1,5 до 3 лет
на "09" января 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	5	0.1	5.1	0.1	46.3
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	150	6	4.7	26.4	171.4
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2.7	2.1	9.3	66.8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
	Итого за Завтрак	355	10.3	12.1	45.6	331.4
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
	Итого за Второй завтрак	150	0.5	0.1	10.1	43.3
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	40	0.9	3.1	5.3	53.3
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	150	6.5	4.5	10.4	108.6
54-10м	Капуста тушеная с мясом	180	19.8	19.8	12	305.5
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0.4	0	17.8	72.9
Пром.	Хлеб пшеничный	55	4.2	0.4	27.1	128.9
	Итого за Обед	575	31.8	27.8	72.6	669.2
	Полдник					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	50	5.2	3.1	8.7	83.2
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4.4	3.8	6.3	76.4
	Итого за Полдник	200	9.6	6.9	15	159.6
	Итого за день	1280	52.2	46.9	143.3	1203.5

Ежедневное меню от 3 до 7 лет
на "09" января 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7.1	5.8	26.7	187.3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.2	9.8	70.7
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
	Итого за Завтрак	412	12	13.3	48.9	362.9
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	180	0.5	0.1	10.1	43.3
	Итого за Второй завтрак	180	0.5	0.1	10.1	43.3
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.1	5.3	53.3
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	180	8.6	6.1	13.9	144.9
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13.3	339.4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0	17.8	72.9
Пром.	Хлеб пшеничный	73	5.5	0.6	35.9	171.1
	Итого за Обед	693	37.4	31.8	86.2	781.6
	Полдник					
54-2т	Запеканка из творога с морковью	70	7.3	4.3	12.2	116.5
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	270	13.1	9.3	20.6	218.3
	Итого за день	1555	63	54.5	165.8	1406.1