

Ежедневное меню от 1,5 до 3 лет  
на "10" января 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2 неделя					
	<b>Завтрак</b>					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	5	0.1	5.1	0.1	46.3
54-27к	Каша жидкая молочная манная	150	4	4.3	19	130.7
54-21гн	Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>355</b>	<b>8.7</b>	<b>11.9</b>	<b>38.8</b>	<b>296.8</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
Пром.	Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>
	<b>Обед</b>					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0.7	4	3.9	54.4
54-18с	Свекольник	150	1.3	1.9	7.9	54.4
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	130	3.2	3.9	22.4	137.2
54-2м	Гуляш из говядины	50	8.5	8.3	1.9	116.1
54-22хн	Кисель	150	0.2	0.1	11	45.5
Пром.	Хлеб ржаной	55	4.8	0.9	24.4	124.7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>575</b>	<b>18.7</b>	<b>19.1</b>	<b>71.5</b>	<b>532.3</b>
	<b>Полдник</b>					
54-16в	Крендель сахарный	50	3.3	5.9	25.2	166.7
Пром.	Молоко 2.5%	150	5.8	5	9.6	106.6
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>9.1</b>	<b>10.9</b>	<b>34.8</b>	<b>273.3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1280</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>155.2</b>	<b>1145.7</b>

Ежедневное меню от 3 до 7 лет  
на "10" января 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2 неделя					
	<b>Завтрак</b>					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5.3	5.7	25.3	174.2
54-21гн	Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>412</b>	<b>10.4</b>	<b>13.3</b>	<b>47.6</b>	<b>352</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
Пром.	Сок фруктовый	180	0.5	0.1	10.1	43.3
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>
	<b>Обед</b>					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.2	7.1	6.7	95.1
54-18с	Свекольник	180	1.6	2.3	9.5	65.3
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	130	3.8	4.6	26.4	162.2
54-2м	Гуляш из говядины	70	11.9	11.6	2.7	162.5
54-22хн	Кисель	180	0.2	0.1	11	45.5
Пром.	Хлеб ржаной	73	4.8	0.9	24.4	124.7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>693</b>	<b>23.5</b>	<b>26.6</b>	<b>80.7</b>	<b>655.3</b>
	<b>Полдник</b>					
54-16в	Крендель сахарный	70	4.7	8.2	35.2	233.4
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>270</b>	<b>10.5</b>	<b>13.2</b>	<b>44.8</b>	<b>340</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1555</b>	<b>44.9</b>	<b>53.2</b>	<b>183.2</b>	<b>1390.6</b>