

Ежедневное меню от 1,5 до 3 лет
на "12" марта 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	5	0	3.6	0.1	33
54-18к	Суп молочный с рисом	150	3.7	3.4	13.8	100.1
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
	Итого за Завтрак	355	8.3	9.5	33.6	252.9
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	150	0.4	0.1	9.1	41.3
	Итого за Второй завтрак	150	0.4	0.1	9.1	41.3
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	40	0.8	2.7	4.6	45.7
54-6с	Суп картофельный с клецками	150	3.5	2.5	8.5	70.2
54-9м	Жаркое по-домашнему	180	18.1	16.9	15.5	286.1
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	0.4	0	14.8	60.7
Пром.	Хлеб ржаной	55	3.6	0.7	18.4	93.9
	Итого за Обед	575	26.4	22.8	61.8	556.6
	Полдник					
54-15в	Творожник песочный	50	5.99	6.4	20.2	162.6
Пром.	Молоко 2.5%	150	4.4	3.8	7.2	80
	Итого за Полдник	200	10.39	10.2	27.4	242.6
	Итого за день	1280	45.49	42.6	131.9	1093.4

Ежедневное меню от 3 до 7 лет
на "12" марта 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
Пром.	Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
54-18к	Суп молочный с рисом	200	4.9	4.5	18.4	133.5
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
	Итого за Завтрак	412	10	12.1	42.5	309.8
	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	0.8	2.7	4.6	45.7
54-6с	Суп картофельный с клецками	180	3.5	2.5	8.5	70.2
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20.1	18.8	17.2	317.9
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0	17.8	72.9
Пром.	Хлеб ржаной	73	4.8	0.9	24.4	124.7
	Итого за Обед	693	29.6	24.9	72.5	631.4
	Полдник					
54-15в	Творожник песочный	70	5.99	6.45	20.17	162.6
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	270	11.79	11.45	29.77	269.2
	Итого за день	1555	51.89	48.55	154.87	1253.7