

МЕНЮ
 Возрастная категория: от 1 года до 3 лет
 13.06.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	150	6,42	10,29	23,68	214,64	283
	Бутерброд с маслом	37	3,61	6,41	12,82	124,51	104
	Кофейный напиток с молоком	150	0,06	0,05	10,68	43,17	512
итого за завтрак		337	10,09	16,75	47,18	382,32	
II завтрак	Груша	80	0,7	0,3	8,1	43	126
итого за II завтрак		80	0,7	0,3	8,1	43	126
обед	Рассольник ленинградский	150	1,25	3,22	7,66	73,41	148
	Рис отварной, соус томатный	130	1,44	2,97	6,57	67,8	441
	Огурец свежий	28	1,48	2,4	23,13	54,92	435
	Курица отварная	60	9,1	7,29	0	112,8	414
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0	18,27	74,56	522
	Хлеб	40	2,84	0,4	16,52	81,8	122/123
итого за обед		558	16,48	16,28	72,15	465,29	
полдник	Батон с повидлом	60	1,96	0,72	20,73	104	
	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,14	517
итого за полдник		210	2,98	0,72	42,5	195,14	
ужин	Макаронные изделия отварные	120	4,42	4,98	27,08	176,33	432
	Икра кабачковая	30	0,96	5,14	3,08	63,77	18
	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,09	505
	Хлеб	40	2,84	0,4	16,52	81,8	122/123
итого за ужин		340	8,22	10,52	57,96	366,99	
Итого за день:			39,53	57,41	266,01	1797,38	

МЕНЮ
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет
 13.06.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	200	8,56	13,72	31,57	286,19	283
	Бутерброд с маслом	40	4,33	7,3	12,82	135,4	104
	Кофейный напиток с молоком	150	1,05	0,01	13,01	56,38	515
итого за завтрак		337	11,08	16,71	49,51	395,53	
II завтрак	Груша	90	0,7	0,3	8,1	43	126
итого за II завтрак		90	0,7	0,3	8,1	43	126
обед	Рассольник ленинградский	200	1,67	4,29	10,22	97,87	148
	Рис отварной, соус томатный	150	1,85	3,82	8,45	87,17	441
	Огурец свежий	28	1,89	3,09	29,74	70,61	435
	Курица отварная	70	11,33	8,5	0	131,6	414
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,4	111,84	522
	Хлеб	60	4,26	0,6	24,78	122,7	122/123
итого за обед		708	20,86	20,31	100,59	621,79	
полдник	Батон с повидлом	60	2,37	0,87	27,27	136,2	550
	Кисель	200	1,36	0	29,02	121,52	517
итого за полдник		260	3,73	0,87	56,29	257,72	
ужин	Макаронные изделия отварные	150	5,53	6,23	33,85	220,41	432
	Икра кабачковая	32	0,96	5,14	3,08	63,77	18
	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,12	505
	Хлеб	60	4,26	0,6	24,78	122,7	122/123
итого за ужин		452	10,75	11,97	76,75	467,00	
Итого за день:			51,02	36,63	314,23	1952,46	

