

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 13.03.2025

| 9 день | | | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------|---------------------|--------------------|-------------------|----------------------|-------------------------|-----------------|
| Неделя вторая. 1-3года/3-7 лет | | | | | | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность Ккал. | Номер рецептуры |
| | | | Бел. | Жир. | Углев. | | |
| Завтрак | Каша «дружба» | 150/200 | 4,38/5,84 | 4,56/6,08 | 24,21/32,28 | 155,62/207,5 | 18/4 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 20-5-10/ 40-5-15 | 1,54/2,3 | 3,46/4,36 | 9,75/14,62 | 78/108 | 16 |
| | Чай с молоком и сахаром | 150/200 | 1,05/1,4 | 1,2/1,6 | 11,85/15,8 | 60/80 | 1023 |
| И того за завтрак | | | 7,88/11,09 | 8,55/12,06 | 43,75/60,18 | 279,67/388,15 | |
| Второй завтрак | Сок яблочный | 100/100 | 0,3/0,3 | 0,3/0,3 | 8,3/8,3 | 40/40 | 132 |
| И того за второй завтрак | | | 0,3/0,3 | 0,3/0,3 | 8,3/8,3 | 40/40 | |
| Обед | Суп картофельный с крупой | 150/200 | 1,5/2 | 1,68/2,24 | 10,2/13,6 | 61,95/82,6 | 80 |
| | Гуляш из отварного мяса | 100/120 | 12,89/15,46 | 10,19/12,22 | 3,28/3,93 | 156,25/187,5 | 277 |
| | Макаронные изделия отварные | 120/150 | 4,4/5,5 | 3,36/4,2 | 26,64/33,3 | 156,8/196 | 114 |
| | Хлеб пшеничный | 40/40 | 4,92/4,92 | 0,84/0,84 | 0,78/0,78 | 117/117 | 878 |
| | Кисель | 150/200 | 0,4/0,5 | 0/0 | 20,6/29,7 | 83,1/86,6 | 31 |
| И того за обед | | | 24,11/28,38 | 16,07/19,5 | 61,5/81,01 | 582,11/630,7 | |
| Полдник | Пудинг из творога | 120/150 | 18,16/22,71 | 12,9/16,14 | 29,19/36,49 | 306/382,5 | 235 |
| | Чай с сахаром | 150/200 | 0/0 | 0/0 | 8,98/11,98 | 30/43 | 264 |
| И того за полдник | | | 18,16/22,71 | 12,9/16,14 | 38,17/48,47 | 336/425,5 | |
| И того за весь день | | | 50,55/62,68 | 37,82/48,1 | 153,72/200,66 | 1243,78/1491,35 | |