

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 03.04.2025

4 день	Неделя первая. 1-3года/3-7 лет						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность Ккал.	Номер рецептуры
			Бел.	Жир.	Углев.		
Завтрак	Каша пшеничная	150/200	5,58/7,44	6,6/8,8	26,4/35,2	187,2/249,6	185
	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
	Кофейный напиток с молоком	150/200	1,08/1,30	1,08/1,30	11,67/14	76,67/92	253
И того за завтрак			9,11/12,59	10,47/14,48	45,77/61,3	327,92/442,25	
Второй завтрак	Сок яблоко - персик	100/100	0,8/0,8	0/0	21,1/21,1	84/84	133
И того за второй завтрак			0,8/0,8	0/0	21,1/21,1	84/84	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	150/200	3,28/4,1	4,8/7,16	16,76/20,93	116,11/145	33
	Жаркое по домашнему	180/230	18,39/23,5	18,86/24,1	15,88/20,3	307,4/392,8	20а
	Хлеб пшеничный	40/40	4,92/4,92	0,84/0,84	0,78/0,78	117/117	878
	Компот из с/ф	150/200	0,43/0,48	0/0	21,42/23,80	81/90	241
И того за обед			27,02/33	24,05/32,1	54,84/65,8	621,51/744,8	
Полдник	Запеканка из творога с повидлом	120/150	4,72/5,90	1,16/1,46	38,82/48,53	175,02/218,78	34
	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 полдник			5,89/7,53	2,36/3,06	60,36/83,07	272,22/370,08	
И того за весь день			46,1/53,92	37,33/49,64	182,1/231,28	1305,65/1641,13	