Утверждаю

Заведующий Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 31.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** |  |