

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 31.03.2025

1 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 манная	150/200	4,32/5,76	4,97/6,63	13,71/18,28	117/156	43
	Бутерброд с маслом	20-5/40-5	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			6,94/9,36	9,51/12,29	35,13/46,90	271,67/356	
Второй завтрак	Сок яблочный	100/100	0,4/0,4	0/0	11,50/11,50	45/45	132
И того за второй завтрак			0,4/0,4	0/0	11,50/11,50	45/45	
Обед	Борщ со сметаной	150/200	2,82/3,52	4,79/5,98	7,83/9,78	93,69/117	27
	Печень по - строгановски	105/105	17,55/17,55	12,58/12,58	7,73/7,73	213,53/213,53	256
	Гречка отварная	120/150	8,9/9,2	9,37/9,56	35,51/36,54	262,68/272,73	24а
	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			34,62/35,67	27,58/28,96	73,27/78,63	767,9/811,26	
Полдник	Омлет	100/100	9,01/9,01	12,51/12,51	2,24/2,24	156,25/156,25	110
	Печенье	12/20	1,5/1,9	1,9/2,4	16,39/20,49	89,52/111,9	34
	Чай с сахаром	150/200	0/0	0/0	8,98/11,98	30/43	264
И того за полдник			10,51/10,91	14,41/14,91	27,61/34,71	275,77/311,15	
И того за весь день			52,47/56,34	51,5/56,1	147,51/171,74	1360,34/1523,41	