Утверждаю

Заведующий Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 28.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 день | Вторая первая. 1-3года/3-7 лет | | | | | | |
| Прием  пищи | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества | | | Энергет.  ценность  Ккал. | Номер  рецептуры |
| Бел. | Жир. | Углев. |
| **Завтрак** | Каша гречневая | 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 |
|  | 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** |  |  | **6,91/9,46** | **9,63/12,59** | **35,31/48,7** | **255/344** |  |
| **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** | Суп крестьянский  со сметаной | 150/200 | 1,81/2,42 | 1,21/1,62 | 9,9/13,2 | 69/92 | 39 |
|  | Плов из  птицы | 180/230 | 20,30/25,38 | 17,0/21,25 | 35,69/44,61 | 377/471 | 40 |
|  | 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** |  |  | **27,43/33,22** | **19,05/23,71** | **66,97/88,29** | **607,1/727,6** |  |
| **Полдник** | Макаронные  изделия  отварные | 120/150 | 4,4/5,5 | 3,36/4,2 | 26,64/33,3 | 156,8/196 | 114 |
|  | Вафля | 12/20 | 1/1,4 | 3/4,8 | 6/12,6 | 49,32/98,65 | 32 |
|  | Чай с сахаром | 150/200 | 0/0 | 0/0 | 8,98/11,98 | 30/43 | 264 |
| **И того за**  **полдник** |  |  | **6,53/9,57** | **6,48/10,18** | **48,52/70,05** | **264,4/387** |  |
| **И того за**  **весь**  **день** |  |  | **41,67/53,05** | **35,16/46,48** | **117,9/246,4** | **1210,5/1542,6** |  |