

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 14.03.2025

10 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 кукурузная	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	35,13/46,9	271,67/356	
Второй завтрак	Яблоко	150/160	0,8/0,8	0,6/0,6	20,6/20,6	84/84	8
И того за второй завтрак			0,8/0,8	0,6/0,6	20,6/20,6	84/84	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	4,3/6,45	3,9/5,16	17,51/21,29	105,6/148,87	38
	Тефтели из говядины	60/80	6,41/8,98	6,78/9,49	5,22/7,31	107,5/150,5	174
	Капуста тушеная	120/150	3/3,6	4,56/5,48	9,01/10,82	102,33/122,8	94
	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			19,06/24,43	16,08/20,97	53,94/64,63	474,43/590,17	
Полдник	Булочка домашняя	70/100	5,09/7,28	8,76/12,52	37,7/53,9	250,6/358	469
	Чай с сахаром	150/200	0/0	0/0	8,98/11,98	30/43	264
И того за полдник			5,09/7,28	8,76/12,52	54,86/81,56	316,12/469,08	
И того за весь день			31,89/41,87	34,362/45,803	165,93/215,09	1098,22/1505,08	