Утверждаю

Заведующий Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 15.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 день | Неделя вторая. 1-3года/3-7 лет | | | | | | |
| Прием  пищи | Наименование  блюда | Масса  порции | Пищевые вещества | | | Энергет.  ценность  Ккал. | Номер  рецепту-  ры |
| 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 тушенная | 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** |  |