

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 04.04.2025

5 день	Неделя первая. 1-3года/3-7 лет						
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность Ккал.	Номер рецеп-туры
			Бел.	Жир.	Углев.		
Завтрак	Каша пшѐнная	150/200	4,32/5,76	4,32/6,63	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
	Какао с молоком	150/200	1/1,2	1,08/1,3	10,83/13	75/90	248
И того за завтрак			6,86/9,26	9,51/12,29	34,29/45,9	270/354	
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 овощной	150/200	1,68/2,10	5,98/7,48	9,35/11,69	98,37/122,96	202
	Тефтели из говядины	60/80	6,41/8,98	6,78/9,49	5,22/7,31	107,5/150,5	174
	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
	Компот из кураги	150/200	0,43/0,48	0/0	21,48/23,8	81/90	241
И того за обед			14,84/21,98	16,94/22,01	86,2/27,58	560,67/676,46	
Полдник	Сушка на сметане	50/70	3,75/5,25	8,13/11,37	20,77/29,07	132,92/182,3	36
	Зефир	12/20	0/0	0,012/0,023	8,18/15,68	35,52/68,08	4
	Чай с сахаром	150/200	0/0	0/0	8,98/11,98	30/43	264
И того за полдник			3,75/5,25	8,142/11,393	37,93/56,73	198,44/293,38	
И того за весь день			26,25/37,29	35,192/46,293	179,02/150,81	1113,11/1407,84	