

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 16.04.2025

3 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 «ассорти»	150/200	4,74/6,2	7,63/10,18	19,75/26,34	167,37/223,16	16/4
	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			7,33/10,02	12,29/16,14	41,35/56,76	305,37/411,16	
Второй завтрак	Сок яблочный	100/100	0,3/0,3	0,3/0,3	8,3/8,3	40/40	132
И того за второй завтрак			0,3/0,3	0,3/0,3	8,3/8,3	40/40	
Обед	Суп картофельный с горохом	150/200	4,9/6,66	3,51/4,68	14,5/19,34	109,98/146,64	99
	Рыба тушеная с овощами	70/90	6,7/7,66	3,47/3,97	30,32/34,65	70,88/81	114
	Картофельное пюре	120/150	2,44/3,05	4,19/5,24	14,45/18,06	113,6/142	206
	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			20,21/23,92	15,43/19,29	83,72/106,62	542,56/637,24	
Полдник	Булочка с повидлом	70/100	5,41/7,74	5,25/7,5	39,81/56,88	228,43/326,33	13008
	Чай с сахаром	150/200	0/0	0/0	8,98/11,98	30/43	264
И того за полдник			5,41/7,74	5,25/7,5	48,79/68,86	258,43/369,33	
И того за весь день			33,25/41,98	33,27/43,23	182,16/240,54	1106,36/1457,73	