Утверждаю

Заведующий Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 16.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8 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 рисовая | 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 |
|  | 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** | 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 «харчо»  с мясом птицы | 150/200 | 3,93/4,97 | 4,9/6,19 | 16,84/21,3 | 120,88/152,84 | 46 |
|  | Биточки из  говядины | 60/80 | 7,03/9,84 | 5,73/8,02 | 5,11/7,16 | 99,38/139,13 | 161 |
|  | Гречка отварная | 120/150 | 8,9/9,2 | 9,37/9,56 | 35,51/36,54 | 262,68/272,73 | 24а |
|  | 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** |  |  | **23,49/29,19** | **18,87/24,42** | **72,55/88,55** | **589,4/722,65** |  |
| **Полдник** | Омлет | 100/100 | 9,01/9,01 | 12,51/12,51 | 2,24/2,24 | 156,25/156,25 | 110 |
|  | Печенье | 12/20 | 1,5/1,9 | 1,9/2,4 | 16,39/20,49 | 89,52/111,9 | 34 |
|  | 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**  **полдник** |  |  | **11,35/12,35** | **15,35/16,57** | **27,75/38,53** | **290,85/348,15** |  |
| **И того за**  **весь**  **день** |  |  | **42/51,1** | **44,03/53,58** | **142,89/181,28** | **1190,25/1464,8** |  |