Утверждаю

Заведующий Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 23.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 тушенная 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** |  |