

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 14.05.2025

| 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 | |