

Утверждаю  
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 01.04.2025

2 день							
Неделя первая. 1-3года/3-7 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность Ккал.	Номер рецептуры
			Бел.	Жир.	Углев.		
<b>Завтрак</b>	Каша «геркулес»	150/200	4,32/5,76	4,97/6,63	13,71/18,28	117/156	43
	Бутерброд с Маслом и сыром	20-5-10/ 40-5-15	2,45/3,85	2,79/4,38	7,7/12,1	64,05/100,65	18
	Какао с молоком	150/200	1/1,2	1,08/1,3	10,83/13	75/90	248
<b>И того за завтрак</b>			<b>7,77/10,81</b>	<b>8,84/12,31</b>	<b>32,24/43,38</b>	<b>256,05/346,65</b>	
<b>Второй завтрак</b>	Банан	150/160	1,4/1,4	0,5/0,5	18,9/18,9	86,4/86,4	2
<b>И того за второй завтрак</b>			<b>1,4/1,4</b>	<b>0,5/0,5</b>	<b>18,9/18,9</b>	<b>86,4/86,4</b>	
<b>Обед</b>	Суп рыбный	150/200	6,88/8,60	6,72/8,41	15,47/22,52	133,80/167,25	95
	Биточки из говядины	60/80	7,03/9,84	5,73/8,02	5,11/7,16	99,38/139,13	161
	Рагу из овощей	120/150	2,23/2,67	4,04/12,19	10,16/12,19	86,67/104	77
	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
<b>И того за обед</b>			<b>21,49/26,51</b>	<b>17,33/29,46</b>	<b>53/66,45</b>	<b>517,85/617,38</b>	
<b>Полдник</b>	Макаронные Изделия отварные	120/150	18,62/26,38	6,52/9,11	16,94/24,3	232/348	114
	Вафля	12/20	1/1,4	3/4,8	6/12,6	49,32/98,65	32
	Чай с молоком и сахаром	150/200	1,05/1,4	1,2/1,6	11,85/15,8	60/80	1023
<b>И того за полдник</b>			<b>20,67/29,32</b>	<b>10,72/15,51</b>	<b>34,79/52,7</b>	<b>341,32/526,65</b>	
<b>И того за весь день</b>			<b>51,33/68,04</b>	<b>37,39/57,78</b>	<b>138,93/181,43</b>	<b>1201,62/1577,08</b>	