

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.		
Завтрак	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
И того за завтрак			7,77/10,81	8,84/12,31	32,24/43,38	256,05/346,65	
Второй завтрак	Банан	150/160	1,4/1,4	0,5/0,5	18,9/18,9	86,4/86,4	2
И того за второй завтрак			1,4/1,4	0,5/0,5	18,9/18,9	86,4/86,4	
Обед	Суп с рыбными консервами	150/200	6,89/8,61	6,72/8,40	11,47/14,34	133,80/167,25	87
	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
И того за обед			21,5/26,52	17,33/22,08	49/58,27	517,85/617,38	
Полдник	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
И того за полдник			20,67/29,32	10,72/15,51	34,79/52,7	341,32/526,65	
И того за весь день			51,34/68,12	37,39/50,4	134,93/173,25	1201,62/1577,08	