

Меню приготавливаемых блюд на 21.03.2025

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Каша геркулесовая	150	5,924	6,795	23,38	196,78	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	Сыр	16	3,9	4,02	0,3	52,8	
Итого за завтрак		386	15,802	16,483	53,819	440,18	
Второй завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
Итого за второй завтрак		150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	150	4,13	2,724	5,728	76,92	
	Биточки мясные	60	7,932	7,673	9,144	135,12	
	Капуста тушеная свежая	110	2,933	5,971	11,922	113,03	
	Компот из свежих яблок	150	0,087	0	15,585	63,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб «Дарницкий»	40	2,808	0,436	18,52	86,4	
Итого за обед		531	19,595	17,036	70,507	523,13	
Полдник	Кефир без сахара	150	4,5	3,75	6	76,5	
Итого за полдник		150	4,5	3,75	6	76,5	
Ужин	Суфле из печени с рисом	75	6,2	36,1	8,1	126,12	
	Картофель отварной с жареным луком	80	2,933	5,971	11,922	113,03	
	Соус томатный	30	0,484	1,16	1,628	20,9	
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,19	0,033	10,3	44,43	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		355	11,447	43,496	41,506	352,28	
Итого за день		1572	51,679	80,765	183,48	1441,63	

Меню приготавливаемых блюд на 21.03.2025

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Каша геркулесовая	200	6,44	9,665	22,127	200	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	Сыр	21	5,11	5,27	0,393	69,3	
Итого за завтрак		401	17,31	19,581	51,378	449,21	
Второй завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
Итого за второй завтрак		150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне	200	4,341	3,558	6,594	91,162	
	Биточки мясные	70	9,254	8,951	10,688	157,64	
	Капуста тушеная свежая	130	3,46	7,056	14,08	133,5	
	Компот из свежих яблок	200	0,108	0	18,129	69,6	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб «Дарницкий»	47	3,51	0,545	23,15	108	
Итого за обед		679	23,263	20,458	87,079	632,522	
Полдник	Кефир без сахара	198	6	5	8	102	
Итого за полдник		198	6	5	8	102	
Ужин	Суфле из печени с рисом	95	7,85	45,7	10,26	159,7	
	Картофель отварной с жареным луком	100	4,14	9,384	32,987	239	
	Соус томатный	50	0,806	1,933	2,713	34,83	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,21	0,031	18,288	63,536	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		465	14,646	57,28	73,804	544,866	
Итого за день		1896	211,089	102,719	220,157	1739,38	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430308

Владелец Ленченко Наталья Васильевна

Действителен с 16.04.2024 по 16.04.2025