

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет НА 2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша гречневая	150	5,23	7,82	18,75	167	86
	молочная	200	4	10,42	25	222	
	Кофе с молоком	150	6,98	3,78	15,78	109	253
		180	3,43	4,54	18,95	130	
	Хлеб	25/4	4,54	3,28	0,04	96,4	2
	пшеничный со сливочным маслом	30/5		4,10	0,05	117	41
Итого на завтрак							
2-ой завтрак							
Обед	Рассольник с мясом	15/150	7,49	2,04	9,18	96	33
		15/200	7,41	2,22	12,26	111	
	Котлета мясная	60	8,43	6,87	6,14	119	162
		70	9,84	8,02	7,16	139	
	Капуста тушеная	120	2,54	5,38	5,58	96	200
		150	3,18	4,95	6,97	121	
	Компот из сухофруктов	150	0,23		14,84	58	241
		180	0,28		17,81	70	
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,48	14	90	1
		40	3,8	0,64	18,6	107,67	
Итого на обед							
Полдник	Омлет	80	6,27	7,25	2,53	100	111
	натуральный	100	7,83	9,06	3,16	125	
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	263
		180	0,76	2,75	11,7	44	
	Хлеб	25	1,87	1,25	13,2	96,4	2
	пшеничный	30	2,3	1,5	15,9		