

Меню приготовляемых блюд

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

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углево ды		
Завтрак	Каша молочная	150	5,19	5,5	23,53	164	90
	Каша молочная	200	6,92	7,34	31,37	219	
	Кафе	150	3,15	2,72	12,96	89	249
	Кафе	180	3,78	3,96	15,55	107	
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/4		3,28	0,04	96,4	2
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	30/5		4,10	0,05	117	41
	Итого на завтрак		19,04	26,90	83,5	792,4	
2-ой завтрак							
Обед	Суп рыбный	25/150	5,44	3,39	11,38	89	41
	Суп рыбный	25/200	5,44	3,39	11,38	95	
	Мясная котлета	60	8,43	6,87	6,14	119	162
	Мясная котлета	70	9,84	8,02	7,16	139	
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,36	110	206
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137	
	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	71	240
	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,5	85	
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,48	14	90	1
	Хлеб ржаной	40	3,8	0,64	18,6	107,67	
Итого на обед			41,62	31,43	144,88	1042,67	
Полдник	вишнегрет	50	0,82	2,67	9,2	47	2
	вишнегрет	100	0,97	3,11	5,04	55	
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный	180	0,76	2,75	11,7	44	
	Хлеб пшеничный	25	1,87	1,25	13,2	96,4	2
Итого на полд.			7,62	13,57	64,79	279,4	
Итого за весь день			68,28	71,9	293,17	2114,47	