

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

19.05.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Омлет	130	11,18	15,62	3,03	106,73	37
	Хлеб с маслом	20,6	1,57	4,45	9,92	86	16
	Корфейный чай на молоке	150	3,42	6,09	9,9	108	3
	Итого завтрак		16,17	26,16	22,85	390,73	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	95	0,36	0,27	9,27	42,31	46
	Итого завтрак2		0,56	0,37	19,37	88,31	
Обед							
	Суп с сельдью	200	5,39	4,2	10,76	126,36	59
	Каша пшеничная с маслом	150	2,29	4,81	9,36	95,4	53
	Салат картофель с овощами	30	0,63	5,09	4,23	66	91
	Компот из фруктов, изюма	150	0,4	0	17,01	42	9
	Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Хлеб столичный	40	2,24	0,48	19,76	92,8	
	Итого обед		12,55	14,78	46,45	499,76	
Подник							
	Молоко	150	4,35	4,2	6	88,6	74
	Френки	20	2,24	0,48	19,76	92,8	
	Итого за подник		6,59	5,28	25,76	181,3	
Ужин							
	Творожная запеканка с повидлом	120	4,64	4,76	17,63	123	22
	Чай с сахаром	150/9	0	0	8,98	30	13
	Итого за ужин		4,64	4,76	26,61	153	
	Итого за день		40,0	51	141	1313	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

19.05.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Омлет	160	13,76	19,22	3,73	242,13	37
	Хлеб с маслом	25,6	1,95	4,49	12,38	98	16
	Корфейный чай на молоке	180	2,6	2,78	15,89	98	2
	Итого завтрак		18,31	26,49	32	438,13	
2 завтрак							
	Нектар	100	0,2	0,1	10,10	46	
	Фрукты	100	0,4	0,3	10,3	47,01	
	Итого завтрак2		0,6	0,4	20,4	93,01	
Обед							
	Суп с сельдью	250	4,66	3,97	34,65	204,97	59
	Каша пшеничная с маслом	215	3,36	4,06	13,78	139,92	53
	Салат картофель с овощами	60	0,84	6,49	5,64	28	91
	Компот из фруктов, изюма	120	0,48	-	20,41	26,4	9
	Хлеб пшеничный	25	2	0,25	12,05	59	
	Хлеб столичный	50	2,2	0,6	24,7	116	
	Итого обед		17,14	18,67	117,18	694,29	
Подник							
	Молоко	120	5,22	5,76	7,2	106,2	44
	Френки	30	2,4	0,3	14,46	40,2	
	Итого за подник		7,62	6,06	21,66	147	
Ужин							
	Творожная запеканка с повидлом	140	6,56	6,69	24,4	173,3	22
	Чай с сахаром	180	-	-	17,98	43	13
	Итого за ужин		6,56	6,69	36,38	216,3	
	Итого за день		50	58	222	1619	