

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7-ми лет

15.05.2021.

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Суп варениковый мяс.	200	5,65	5,42	12,63	142	39
	Чай с лимоном, сахар	25/5/12	4,42	4,31	12,36	135	3
	Какао на молоке	200	2,6	2,42	15,89	92	15
	Итого завтрак		12,97	15,87	46,88	381	
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	20,13	93,01	
Обед							
	Суп и Варчо со сметаной	250	4,16	5,2	19,69	147,6	46
	Общиной рагу с мяс, свек	120	2,44	2,32	15,27	101,52	60
	Укра свекольная	60	1,05	4,24	6,05	43,33	66
	Каша из овсяных хлопьев	120	0,14	0,14	14,3	56,4	54
	Чай пшеничный	25	2	0,25	12,05	59	
	Чай столичный	50	2,8	0,6	24,4	116	
	Итого обед		12,92	13,95	92,06	553,25	
Полдник							
	Резинка	120	5,22	5,46	4,2	106,2	21
	Печенье	35	1,05	1,4	15	89,99	
	Итого за полдник		6,27	4,16	22,2	196,19	
Ужин							
	Суп - Уха	200	4,24	5,2	20,24	112,8	64
	Чай с лимоном	120/12	0,04	0	12,13	47	31
	Чай пшеничный	30	2,4	0,3	14,46	40,8	
	Итого за ужин		6,68	5,5	46,83	200,6	
	Итого за день		39	43	228	1455	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: до 3х лет

15.05.2021.

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя:							
День:							
Завтрак							
	Суп варениковый мяс.	120	5	5,3	16,4	133,2	39
	Чай с лимоном, сахар	20/5/8	3,42	6,09	9,9	102	3
	Какао на молоке	150	2,53	2,44	12,86	23	15
	Итого завтрак		10,95	14,13	39,16	324,2	
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 и Варчо со сметаной	200	3,33	4,64	15,4	117,88	46
	Общиной рагу с мяс, свек	120	2,44	2,32	15,27	101,52	60
	Укра свекольная	30	0,53	2,42	3,03	36,67	66
	Каша из овсяных хлопьев	150	0,12	0,12	11,92	47	54
	Чай пшеничный	25	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Чай столичный	50	2,24	0,48	19,36	92,2	
	Итого обед		10,59	10,18	45,32	443,07	
Полдник							
	Резинка	150	4,35	4,2	6	82,5	
	Печенье	12	0,54	0,42	3,9	45,21	
	Итого за полдник		4,89	5,52	9,9	134,31	
Ужин							
	Суп и Уха	120	2,54	3,12	12,14	67,68	64
	Чай с лимоном	150/9	0,04	0	9,1	35	31
	Чай пшеничный	20	1,6	0,2	9,64	47,2	
	Итого за ужин		4,18	3,32	30,88	149,88	
	Итого за день		31	33	145	1130	