

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста (1-3 лет)

16 апреля 2024 г.

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность ясли	№ рецептуры
			Белки ясли	Жиры ясли	Углеводы ясли		
Завтрак	Запеканка из творога с манной крупой	100,00	17,54	12,06	17,18	248,00	251
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,37	2,00	11,96	70,00	414
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
	Сыр (порциями)	10,00	2,32	2,95	0,00	36,00	7
<b>Итого за завтрак</b>		<b>290,00</b>	<b>24,24</b>	<b>17,28</b>	<b>40,74</b>	<b>433,60</b>	
Второй завтрак:	Варенец	120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	401
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>120,00</b>	<b>4,00</b>	<b>3,00</b>	<b>5,11</b>	<b>72,80</b>	
Обед	Салат из репчатого лука	30,00	0,40	1,85	2,33	27,60	11
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,00	2,40	2,07	20,92	68,21	103
	Плов из птицы	150,00	14,18	12,00	25,08	264,40	321
	Компот из сухофруктов	150,00	0,10	0,00	12,10	77,60	431
	Хлеб ржаной	40,00	1,44	0,36	12,48	59,40	148
<b>Итого за обед</b>		<b>520,00</b>	<b>18,52</b>	<b>16,28</b>	<b>72,91</b>	<b>497,21</b>	
Уплотнённый полдник	Фрикадельки рыбные в молочном соусе	50,00	6,52	4,36	5,23	82,33	66
	Отварной картофель	100,00	1,90	3,00	1,38	108,00	136
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	8,30	31,00	391
	Печенье	15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	0
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
Яблоко свежее	95,00	0,38	0,40	11,68	30,56	386	
<b>Итого за уплотнённый полдник</b>		<b>440,00</b>	<b>11,84</b>	<b>10,58</b>	<b>48,39</b>	<b>401,59</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1370,00</b>	<b>58,60</b>	<b>47,14</b>	<b>167,15</b>	<b>1405,20</b>	





Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

16 апреля 2024 г.

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
			Белки сад	Жиры сад	Углеводы сад		
Завтрак	Запеканка из творога с манной крупой	150,00	26,31	18,09	25,74	372,00	251
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,08	2,65	15,70	118,00	414
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Сыр (порциями)	15,00	3,48	4,42	0,00	54,00	7
<b>Итого за завтрак</b>		<b>405,00</b>	<b>35,51</b>	<b>25,52</b>	<b>56,84</b>	<b>650,14</b>	
Второй завтрак:	Варенец	150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	401
Итого за второй завтрак		<b>150,00</b>	<b>5,01</b>	<b>3,75</b>	<b>6,39</b>	<b>91,00</b>	
Обед	Салат из репчатого лука	40,00	0,52	2,48	3,11	36,80	11
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,00	3,20	2,30	25,09	90,60	103
	Плов из птицы	200,00	19,33	16,20	34,00	359,00	321
	Компот из сухофруктов	200,00	0,15	0,00	16,40	111,80	431
	Хлеб ржаной	50,00	1,80	0,45	15,60	74,25	148
	<b>Итого за обед</b>		<b>690,00</b>	<b>25,00</b>	<b>21,43</b>	<b>94,20</b>	<b>672,45</b>
Уплотнённый полдник	Фрикадельки рыбные в молочном соусе	70,00	9,80	6,34	7,54	107,34	66
	Отварной картофель	150,00	2,90	4,40	2,08	146,00	136
	Чай с сахаром	180,00	0,18	0,09	9,90	37,20	391
	Печенье	15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	0
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Яблоко свежее	100,00	0,40	0,40	12,30	32,17	386
<b>Итого за уплотнённый полдник</b>		<b>555,00</b>	<b>16,80</b>	<b>14,07</b>	<b>57,42</b>	<b>498,95</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1800,00</b>	<b>82,32</b>	<b>64,77</b>	<b>214,85</b>	<b>1912,54</b>	