



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

18 апреля 2024 г.

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность ясли	№ рецептуры
			Белки ясли	Жиры ясли	Углеводы ясли		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150,00	4,05	5,70	20,40	168,00	182
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,37	2,00	11,96	83,85	54
	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
Итого за завтрак		340,00	10,75	10,92	43,96	367,45	
Второй завтрак:	Ряженка	120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	401
Итого за второй завтрак		120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	
Обед	Винегрет с растительным маслом	40,00	0,54	2,47	3,38	38,00	45
	Щи из свежей капусты с картофелем	150,00	1,26	6,01	13,40	102,00	67
	Бефстроганов из отвар. мяса в соусе	50,00	6,46	5,18	1,40	78,00	294
	Каша гречневая рассыпчатая	120,00	3,86	3,60	55,40	184,60	179
	Кисель	150,00	0,00	0,00	19,60	74,60	376
	Хлеб ржаной	20,00	0,72	0,18	6,24	29,70	148
Итого за обед		530,00	12,84	17,44	99,42	506,90	
Уплотнённый полдник	Лапшевник из творога	130,00	11,60	9,80	26,20	237,00	226
	Шоколадный соус	20,00	0,43	0,19	6,07	27,18	352
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
	Сок фруктовый	150,00	0,30	0,30	17,40	72,00	418
	Печенье	15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	
Итого за уплотнённый полдник		345,00	15,22	13,04	71,47	485,88	
Итого за день		1335,00	42,81	44,40	219,96	1433,03	



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

18 апреля 2024 г.

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
			Белки сад	Жиры сад	Углеводы сад		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200,00	5,40	6,40	27,13	207,00	182
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,08	2,65	15,70	118,00	54
	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
Итого за завтрак		455,00	14,60	13,83	58,23	485,14	
Второй завтрак:	Ряженка	150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	401
Итого за второй завтрак		150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	60,00	0,82	4,00	5,06	57,00	45
	Щи из свежей капусты с картофелем	200,00	1,38	7,20	14,70	136,00	67
	Бефстроганов из отвар.мяса в соусе	70,00	9,04	7,25	2,00	109,00	294
	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	4,83	4,45	71,25	295,00	179
	Кисель	200,00	0,00	0,00	27,00	99,47	376
	Хлеб ржаной	30,00	1,08	0,27	9,36	44,55	148
Итого за обед		710,00	17,15	23,17	129,37	741,02	
Уплотнённый полдник	Лапшеник из творога	180,00	15,50	13,50	36,20	328,60	226
	Шоколадный соус	20,00	0,43	0,19	6,07	27,18	352
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Сок фруктовый	180,00	0,36	0,36	20,88	86,40	418
	Печенье	15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	
Итого за уплотнённый полдник		435,00	19,81	16,89	88,75	618,42	
Итого за день		1750,00	56,57	57,64	282,74	1935,58	