

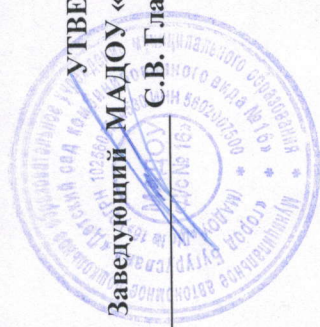


Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста (1-3 лет)

22 апреля 2024 г.

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность ясли	№ рецептуры
			Белки ясли	Жиры ясли	Углеводы ясли		
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,86	5,98	39,80	248,00	179
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	8,30	31,00	391
	Бутерброд с повидлом	45,00	2,03	3,21	11,34	127,00	2
Итого за завтрак		345,00	11,04	9,26	59,44	406,00	
Второй завтрак:	Ряженка	120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	401
	Вафля	15,00	0,42	0,50	11,16	53,10	602
Итого за второй завтрак		135,00	4,42	3,50	16,27	125,90	
Обед	Салат «Витаминный»	40,00	0,51	4,55	4,78	63,00	12
	Суп харчо на курином бульоне	150,00	2,98	3,71	12,78	91,70	101
	Мясо кур отварное (порционное)	40,00	8,44	5,44	0,00	82,70	300
	Капуста тушеная	120,00	2,48	3,90	11,30	90,12	143
	Кисель	150,00	0,00	0,00	19,60	74,6/	376
	Хлеб ржаной	20,00	0,72	0,18	6,24	29,70	148
	Хлеб пшеничный	20,00	1,34	0,18	7,70	53,10	147
Итого за обед		540,00	16,47	17,96	62,40	410,32	
Уплотнённый полдник	Каша рисовая молочная вязкая	150,00	2,20	3,70	27,15	151,00	182
	Яблоко свежее	95,00	0,38	0,40	11,68	30,56	386
	Сок фруктовый	150,00	0,30	0,30	17,40	72,00	418
	Сдоба обыкновенная	50,00	3,90	2,36	26,15	142,00	449
Итого за уплотнённый полдник		445,00	6,78	6,76	82,38	395,56	
Итого за день		1465,00	38,71	37,48	220,49	1337,78	



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

22 апреля 2024 г.

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
			Белки сад	Жиры сад	Углеводы сад		
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200,00	11,79	6,77	53,06	320,00	179
	Чай с сахаром	180,00	0,18	0,09	9,90	37,20	391
	Бутерброд с повидлом	65,00	2,94	4,64	16,38	184,00	2
Итого за завтрак		445,00	14,91	11,50	79,34	541,20	
Второй завтрак:	Ряженка	150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	401
	Вафля	30,00	0,84	1,00	22,32	106,20	602
Итого за второй завтрак		180,00	5,85	4,75	28,71	197,20	
Обед	Салат «Витаминный»	60,00	0,68	6,06	6,38	84,00	12
	Суп харчо на курином бульоне	200,00	3,98	4,95	17,04	122,30	101
	Мясо кур отварное (порционное)	60,00	12,66	8,16	0,00	124,00	300
	Капуста тушеная	150,00	3,10	4,85	14,30	112,65	143
	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
Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147	
Итого за обед		730,00	23,51	24,56	85,68	666,57	
Уплотнённый полдник	Каша рисовая молочная вязкая	200,00	2,90	5,00	36,20	201,00	182
	Яблоко свежее	100,00	0,40	0,40	12,30	32,17	386
	Сок фруктовый	180,00	0,36	0,36	20,88	86,40	418
	Сдоба обыкновенная	50,00	3,90	2,36	26,15	142,00	449
Итого за уплотнённый полдник		530,00	7,56	8,12	95,53	461,57	
Итого за день		1885,00	51,83	48,93	289,26	1866,54	