

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

25 апреля 2024 г.

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность ясли	№ рецептуры
			Белки ясли	Жиры ясли	Углеводы ясли		
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	3,40	3,96	22,90	141,00	182
	Какао с молоком	150,00	3,10	2,60	13,00	89,16	43
	Бутерброд с маслом сливочным	38,00	2,32	7,17	13,90	129,20	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>338,00</b>	<b>8,82</b>	<b>13,73</b>	<b>49,80</b>	<b>359,36</b>	
Второй завтрак:	Ряженка	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 отварной свеклы с яблоком	40,00	0,33	3,13	3,00	41,33	19
	Рассольник	150,00	3,38	2,95	10,18	95,74	82
	Биточек рыбный	60,00	7,98	4,72	3,12	87,00	248
	Гороховая каша	120,00	3,12	1,08	10,44	96,00	221
	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>560,00</b>	<b>16,35</b>	<b>12,24</b>	<b>51,32</b>	<b>457,07</b>
Уплотнённый полдник	Пудинг из творога и риса	150,00	9,10	7,47	49,86	303,00	250
	Соус молочный	20,00	0,39	0,90	2,65	20,20	351
	Сок фруктовый	150,00	0,30	0,30	17,40	72,00	418
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
	Вафля	15,00	0,42	0,50	11,16	53,10	602
Яблоко свежее	95,00	0,38	0,40	11,68	30,56	386	
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>460,00</b>	<b>12,60</b>	<b>9,84</b>	<b>104,35</b>	<b>558,46</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1478,00</b>	<b>41,77</b>	<b>38,81</b>	<b>210,58</b>	<b>1447,69</b>	



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

25 апреля 2024 г.

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
			Белки сад	Жиры сад	Углеводы сад		
Завтрак	Каша манная молочная	200,00	4,52	4,07	30,57	177,00	182
	Какао с молоком	200,00	4,10	3,50	17,33	118,80	43
	Бутерброд с маслом сливочным	50,00	3,60	9,43	18,27	170,00	1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450,00</b>	<b>12,22</b>	<b>17,00</b>	<b>66,17</b>	<b>465,80</b>	
Второй завтрак:	Ряженка	150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	401
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>150,00</b>	<b>5,01</b>	<b>3,75</b>	<b>6,39</b>	<b>91,00</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с яблоком	60,00	0,49	4,69	4,50	61,99	19
	Рассольник	200,00	4,51	4,07	12,40	115,00	82
	Биточек рыбный	80,00	10,59	6,47	4,17	117,00	248
	Гороховая каша	150,00	3,90	1,35	13,05	100,00	221
	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>740,00</b>	<b>21,44</b>	<b>17,03</b>	<b>66,12</b>	<b>580,04</b>	
Уплотнённый полдник	Пудинг из творога и риса	200,00	12,50	10,03	66,60	407,00	250
	Соус молочный	20,00	0,39	0,90	2,65	20,20	351
	Сок фруктовый	180,00	0,36	0,36	20,88	86,40	418
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Вафля	30,00	0,84	1,00	22,32	106,20	602
	Яблоко свежее	100,00	0,40	0,40	12,30	32,17	386
<b>Итого за уплотнённый полдник</b>		<b>570,00</b>	<b>17,13</b>	<b>13,05</b>	<b>140,15</b>	<b>758,11</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1910,00</b>	<b>55,80</b>	<b>50,83</b>	<b>278,83</b>	<b>1894,95</b>	