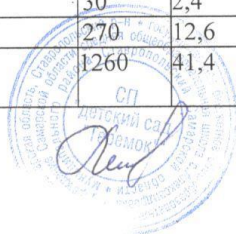


Меню на 13.12.2023г (с 1,5-3 л)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|----------------------------------|-----------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| День 3 | | | | | | | |
| завтрак | Каша овсяная «Геркулес» | 130 | 4,5 | 6,5 | 17,5 | 146,9 | |
| | Кофейный напиток | 150 | 3,5 | 2,8 | 15,7 | 102,9 | |
| | Батон нарезной | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | |
| | Повидло | 10 | 0 | 0 | 6,1 | 25,2 | |
| Итого | | 320 | 10,3 | 10,2 | 55,2 | 353,6 | |
| II завтрак | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | |
| Итого | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | |
| обед | Салат «Свеколка» | 30 | 2,4 | 3,03 | 4,56 | 55,2 | |
| | Суп овощной с курицей и сметаной | 150 | 3,7 | 6,3 | 7 | 103,6 | |
| | Плов из мяса кур | 180 | 7,4 | 4,58 | 21,04 | 152,73 | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,9 | 15 | 78 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,2 | 0,4 | 13,7 | 66 | |
| | Итого | | 570 | 18,1 | 15,21 | 72,9 | 502,03 |
| Уплотненный полдник | Омлет натуральный | 80 | 7,8 | 12,3 | 1,4 | 148,2 | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,1 | 0 | 9,9 | 40,7 | |
| | Сыр | 10 | 2,28 | 2,94 | 0 | 35,97 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,9 | 15 | 78 | |
| Итого | | 270 | 12,6 | 16,1 | 26,3 | 302,87 | |
| Итого за 3 дня | Итого за весь день | 1260 | 41,4 | 41,91 | 164,2 | 1205,5 | |

Старший воспитатель

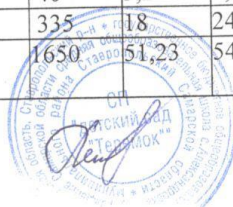


Ю.В.Лешукова

Меню на 13.12.2023г (с 3-7л)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры | |
|-----------------|----------------------------------|-------------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|-------------|--|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| День 3 | | | | | | | | |
| завтрак | Каша овсяная «Геркулес» | 200 | 6,5 | 8,3 | 27 | 210,3 | | |
| | Кофейный напиток | 180 | 4,2 | 3,4 | 18,8 | 123,3 | | |
| | Батон нарезной | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | |
| | Повидло | 15 | 0 | 0 | 9,35 | 36,6 | | |
| Итого | | 425 | 13 | 12,6 | 70,55 | 448,8 | | |
| II завтрак | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | | |
| Итого | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | | |
| обед | Салат «Свеколка» | 60 | 1 | 2 | 9,7 | 61,9 | | |
| | Суп овощной с курицей и сметаной | 250 | 4,2 | 7,3 | 11,1 | 129,5 | | |
| | Пловиз мяса кур | 230 | 9,45 | 5,85 | 26,88 | 195,15 | | |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0 | 0 | 14 | 55,8 | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 1,2 | 20 | 104 | | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 60 | | |
| | Итого | | 790 | 19,83 | 16,68 | 93,98 | 606,35 | |
| | Уплотненный полдник | Омлет натуральный | 100 | 11,2 | 19,1 | 5,24 | 236,68 | |
| | Чай с лимоном | 180 | 0,1 | 0 | 11,7 | 48,1 | | |
| | Сыр | 15 | 3,45 | 4,5 | 0 | 54,5 | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 1,2 | 20 | 104 | | |
| | Итого | | 335 | 18 | 24,8 | 36,94 | 443,28 | |
| Итого за 2 день | Итого за весь день | 1650 | 51,23 | 54,48 | 211,27 | 1545,43 | | |

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова