

Меню на 22.04.2024г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 1							
завтрак	Омлет натуральный	80	7,8	12	1,4	148,2	
	Какао с молоком	150	4,4	3,7	16,3	116,7	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Масло сливочное	5	0,05	4,2	0,05	37,5	
Итого		265	14,6	21,1	33,15	381	
II завтрак	Сок	150	0,75	0,2	14,85	64,5	
Итого		150	0,75	0,2	14,85	64,5	
обед	Салат луковый	30	0,55	1,08	3,24	35,18	
	Щи с рыбными консервами	150	6,8	6,4	11,33	137,41	
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	
	Котлета рыбная	60	16,3	4,7	3,88	123,95	
	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,6	46,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,22	0,4	13,7	66	
	Итого		600	31,3	18	79,2	614,29
Уплотненный полдник	Каша манная молочная	130	4,1	5,5	20,1	147,1	
	Чай с лимоном	150	0,1	0	9,9	40,7	
	Печенье	20	1,5	2	15	83,4	
Итого		300	5,7	7,5	45	271,2	
Итого за 1 день	Итого за весь день	1315	52,2	47	172,2	1330,19	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 22.04.2024г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День I							
завтрак	Омлет натуральный	100	9,65	15,9	1,82	189,28	
	Какао с молоком	180	5,4	4,5	19,2	138,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
Итого		315	17,4	25,5	36,47	444,28	
II завтрак	Сок	180	0,9	0,18	17,71	76,9	
Итого		180	0,9	0,18	17,71	76,9	
обед	Салат луковый	50	0,55	1,08	3,24	25,18	
	Щи с рыбными консервами	250	8,6	8,09	14,2	168,89	
	Картофельное пюре	180	3,67	5,8	24,53	164,7	
	Котлета рыбная	80	21,7	6,23	5,17	165,27	
	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		810	39,7	22,7	93,44	743,84	
Уплотненный полдник	Каша манная молочная	200	5,9	6,7	29,7	202,9	
	Чай с лимоном	180	0,1	0	11,7	48,1	
	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,8	
Итого		420	9	11	71,2	417,8	
Итого за 1 день	Итого за весь день	1735	67,2	60	220,4	1702,11	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова