

Меню на 24.04.2024г (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	Банан	100	0,9	0,3	4,8	57	
Итого		100	0,9	0,3	4,8	57	
обед	Помидор свежий	30	0	0,1	1,1	7,2	
	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	15,7	12,3	69,44	454,03
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	1265	40,8	42,4	155,7	1202,5	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 24.04.2024г (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	Банан	100	0,9	0,9	4,8	57	
	Итого	100	0,9	0,9	4,8	57	
обед	Помидор свежий	60	0,6	0,2	2,2	14,4	
	Суп овощной с курицей и сметаной	250	4,2	7,3	11,1	129,5	
	Плов из 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	19,4	14,9	86,48	558,85	
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	51,3	52,5	199,9	1511,33	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова