

Меню на 25.12.2023г (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 из квашеной капусты	30	0,51	1,7	3,19	29,64	
	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	31,2	19	79,15	618,75
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	48	172,2	1335,45	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 25.12.2023г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 1							
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 из квашеной капусты	60	0,77	2,58	4,79	44,47	
	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		820	39,9	24,2	94,99	763,13
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