



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7 день

Неделя: первая. День: вторник

Дата: 18.03.2025г

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет



Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витами- н С,мг	N рец	Наименования блюда	Выход блюда г,мл, 3-7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская * ценность (ккал)	Вита- мин С,мг	N рец
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
Завтра			от 1 года до 3-х лет								от 3-х до 7 лет					
	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,58	8,04	24,28	188,25		181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	6,11	10,72	32,38	251		181
	Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66		14
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	10,5	21		376	Чай с сахаром	200/15	0,15	0	10,5	21		376
	Итого за завтрак:	358	7,28	16,16	51,66	361,02			Итого за завтрак:	465	8,81	18,84	59,76	423,77		
2-ой завтрак	Сок фруктовый -яблочный	150	0,75	0	15,15	63,6		389	Сок фруктовый -яблочный	200	1	0	20,2	84,8		389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3			200	1	0	20,2	84,8	4	
Обед																
	Икра морковная	40	0,7	3,22	4,03	48,88		75	Икра морковная	60	0,66	0,12	2,28	13,2		75
	Борщ с фасолью и картофелем	150	4,89	6,14	8,88	117,02		84	Борщ с фасолью и картофелем	200	6,53	8,18	11,84	156,03		84
	Соус красный основной	30	0,48	1,37	2,16	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
	Биточки из мяса говядины	60	9,9	14,52	8,6	206,4		268/228	Биточки из мяса говядины	80	13,21	19,36	11,46	275,2		268/228
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	4,37	4,63	24,36	156,56		202/203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,46	5,79	30,45	195,7		202/203
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,87	16,75	85,77			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб целебный йодообогатенный	30	1,11	0,22	9,8	44,3			Хлеб целебный йодообогатенный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Кисель плодовая годный (С-витаминация)	150/45 мг	0,083	0,09	18,83	89,4	45	354	Кисель плодовая годный (С-витаминация)	200/50мг	0,11	0,12	25,1	119,2	50	354
		655	24,003	31,06	93,41	770,03	45			870	31,6	37,26	117,72	961,87	50	
Полдник																
	Кофейный напиток с молоком	150	4,37	7,52	32,35	213,6		452	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,9	100,6		452
	Запеканка из творога со с.м	60/10	5,1	5,52	7,08	98,67			Запеканка из творога со с.м	80/20	8,87	4,45	13,94	131		
	Итого за полдник	220	9,47	13,04	39,43	312,27			Итого за полдник	300	12,04	7,13	29,84	231,6		
	Итого за первый день	1383	41,5	60,26	199,65	1506,92	48		Итого за первый день	1835	52,85	75,71	249,69	1897,55	54	

Ответственный за питание: Меджидова Г.Р.

Меню составил: технолог Дутов С.В.