

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

6 день

Неделя: вторая. День: понедельник Дата: 31.03.2025г

Сезон: зимн-весенний. Возрастная категория от 1 года до 3-х лет; от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименования блюда	Выход блюда г- мл л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С. мг	N реп	Наименования блюда	Выход блюда г- ст 3- 7 л.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С. мг	N реп
			Б	Ж	У						Б	Ж	У			
от 1 года до 3-х лет																
Завтрак	Вермишель отварная с маслом сливочным	150	5,05	6,4	41,15	244,15		182	Вермишель отварная с маслом сливочным	200	6,75	8,68	52,87	304,52		182
	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	0,15	0	10,5	21		382	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28		382
	Итого за завтрак:	350	7,75	14,52	68,53	416,92			Итого за завтрак:	450	9,5	16,8	83,75	484,29		
2-ой завтрак	Фрукты свежие-яблоко	150	0,75	0	15,15	63,6	3	389	Фрукты свежие-яблоко	200	1	0	20,2	84,8	4	389
	Итого:	150	0,75	0	15,15	63,6	3		Итого:	200	1	0	20,2	84,8	4	
Обед																
	Икра свекольная	40	0,7	3,22	4,03	48,88		268	Икра свекольная	60	1,05	4,84	6,05	73,33		268
	Суп картофельный с крупой рисовой	150	3,49	5,12	3,81	76,4		87	Суп картофельный с крупой рисовой	200	4,66	6,83	5,08	101,87		87
	Котлеты рыбные	60	11,77	9,18	14,85	192		53/89	Рыба припущенная	80	11,36	6,31	48,59	110,86		53/89
	Соус красный основной	30	0,48	1,37	2,16	21,7			Соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31		
	Картофель отварной с маслом сливочным	120/5.7	2,48	5,6	16,67	133,57		125	Картофель отварной с маслом сливочным	150/7.1	3,1	6,99	20,84	166,96		125
	Хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33			Хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7			Хлеб ржаной	40	2,47	0,87	16,75	85,77		
	Компот из сухофруктов (С-витаминация)	150/45 мг	0,5	0,07	24	99,6	45	349	Компот из сухофруктов (С-витаминация)	200/50мг	0,66	0,09	32,01	132,8	50	349
	Итого за обед:	660,7	23,87	26,21	90,88	714,18	45		Итого за обед:	877,1	26,46	28,75	149,16	788,36	50	
Полдник																
	Пряник весовой	60	4,8	3,7	20,98	20,98			Пряник весовой	60	4,8	3,7	20,98	20,98		
	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,18	88,95		376	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6		376
	Итого за полдник	210	7,86	6,35	34,16	109,93			Итого за полдник	260	8,88	7,24	38,56	139,58		
	Итого за шестой день	1370,7	33,53	40,47	201,49	1269,12	48		Итого за шестой день	1787,1	53,74	51,18	287,698	1790,16	54	

Ответственный за питание: Меджидова Г.Р.

Меню составил: технолог Дутов С.В.