

Меню на 25 октября 2022 год (возрастная группа с 3-7 лет)

Вторник

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход Г | Пищевые вещества | | | Энергическая ценность ккал |
|-------------|-------------------|---------|------------------|--------|-------------|----------------------------|
| | | | Белки г | Жиры г | Углеводы, г | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|--|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | Каша вязкая «Дружба» на молоке | 200 | 5,53 | 6,29 | 26,71 | 178,90 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,0 |
| | Какао на молоке | 180 | 4,23 | 3,94 | 19,86 | 126,81 |
| | ИТОГО | 420 | 13,32 | 18,78 | 72,62 | 441,17 |

2завтрак

| | | | | | | |
|--|--------------------------|------------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | Кисло-молочная продукция | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| | | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |

Обед

| | | | | | | |
|--|--------------------------------|------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
| | С-т из св.капусты | 50 | 0,64 | 3,48 | 4,43 | 50,49 |
| | Свекольник со сметаной и яйцом | 200 | 1,92 | 3,7 | 9,7 | 77,67 |
| | Макаронные отварные с маслом | 150 | 5,2 | 7,06 | 42,4 | 243,13 |
| | Котлеты, рубленые из птицы | 80 | 4,36 | 19,3 | 19,9 | 328 |
| | Соус томатный | 40 | 0,39 | 2,16 | 3,08 | 32,55 |
| | Компот из с/фруктов | 180 | 0,39 | 0,018 | 24,9 | 101,7 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,5 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87,0 |
| | ИТОГО | 780 | 18,57 | 36,618 | 135,6 | 991,04 |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|--|-----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Картофель в молоке | 150 | 3,55 | 4,66 | 29,32 | 166,07 |
| | Огурец солёный | 40 | 0 | 0 | 1,6 | 6 |
| | Чай б/сахара | 180 | 0,36 | 0,09 | 0,07 | 2,5 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,7 | 0,66 | 8,5 | 54,8 |
| | печенье | 25 | 1,7 | 45 | 16,2 | 115,0 |
| | ИТОГО | 580 | 7,31 | 50,41 | 55,69 | 344,37 |
| | Всего за день: | 1850 | 44,42 | 110,3 | 271,47 | 1868,58 |

Меню на 25 октября 2022 год (возрастная группа до 3-х лет)

Вторник

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход Г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность ккал |
|-------------|-------------------|---------|------------------|--------|-------------|------------------------------|
| | | | Белки г | Жиры г | Углеводы, г | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|--|--------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | Каша вязкая «Дружба» на молоке | 150 | 4,13 | 4,72 | 20,02 | 134,18 |
| | Бутерброд с маслом | 25 | 1,2 | 3,8 | 7,31 | 68,0 |
| | Какао на молоке | 150 | 3,53 | 3,24 | 16,55 | 105,33 |
| | ИТОГО | 325 | 9,19 | 12,68 | 45,71 | 307,51 |

2 завтрак

| | | | | | | |
|--|--------------------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| | Кисло-молочная продукция | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 81,0 |
| | | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 81,0 |

Обед

| | | | | | | |
|--|--------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | С-т из св.капусты | 40 | 0,51 | 2,58 | 2,92 | 36,19 |
| | Свекольник со сметаной и яйцом | 150 | 1,440 | 2,785 | 7,312 | 58,249 |
| | Котлеты ,рубленные из птицы | 70 | 11,64 | 13,14 | 13,46 | 223 |
| | Соус сметанный | 30 | 0,42 | 1,5 | 1,8 | 22,5 |
| | Макаронные отварные с маслом | 100 | 3,4 | 4,65 | 28,2 | 161,6 |
| | Компот из с/фруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,83 | 84,75 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,6 | 47,0 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |
| | ИТОГО | 600 | 21,96 | 25,35 | 97,482 | 702,889 |

Уплотненный полдник

| | | | | | | |
|--|-----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Картофель в молоке | 130 | 3,11 | 4,0 | 25,73 | 145,0 |
| | Огурец солёный | 40 | 0 | 0 | 1,6 | 6 |
| | Чай б/сахара | 150 | 0,36 | 0,09 | 0,07 | 2,1 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,6 | 47,0 |
| | печенье | 15 | 1,1 | 1,3 | 8,05 | 46,85 |
| | ИТОГО | 485 | 6,15 | 5,59 | 45,05 | 246,95 |
| | Всего за день: | 1530 | 41,65 | 47,37 | 194,54 | 1338,33 |