

Меню на 23 июля 2024 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 |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| | 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 |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| | Кисло-молочная продукция | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| | | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| | С-т луковый | 30 | 0,33 | 2,6 | 2,46 | 33,94 |
| | Свекольник со сметаной и яйцом | 200 | 1,92 | 3,7 | 9,7 | 77,67 |
| | сметана | 10 | 0,125 | 1,0 | 0,17 | 16,0 |
| | Гороховое пюре | 150 | 4,82 | 11,37 | 43,06 | 283,12 |
| | Котлеты, рубленые из птицы | 80 | 4,36 | 19,3 | 19,9 | 328 |
| | 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 | 730 | 17,615 | 38,888 | 131,38 | 997,93 |
| <i>Уплотненный полдник</i> | | | | | | |
| | Картофель ,тушеный с луком и томатом | 180 | 3,24 | 3,87 | 31,96 | 167,62 |
| | 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 |
| | Свежий фрукт | 100 | 0,46 | 0,51 | 14,7 | 47,0 |
| | ИТОГО | 580 | 5,98 | 50,08 | 59,49 | 392,95 |
| | Всего за день: | 1850 | 42,13 | 112,25 | 271,05 | 1924,02 |

**Меню на 23 июля 2024 год (возрастная группа до 3-х 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 | 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 луковый | 30 | 0,33 | 2,6 | 2,46 | 33,94 |
| | Свекольник со сметаной и яйцом | 150 | 1,440 | 2,785 | 7,312 | 58,249 |
| | Котлеты, рубленые из птицы | 70 | 11,64 | 13,14 | 13,46 | 223 |
| | Гороховое пюре | 150 | 4,82 | 11,37 | 43,06 | 283,12 |
| | 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 | 610 | 22,78 | 30,59 | 110,082 | 799,659 |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| | Картофель ,тушеный с луком и томатом | 150 | 2,7 | 3,36 | 26,61 | 140,81 |
| | 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 |
| | Свежий фрукт | 75 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 33,0 |
| | ИТОГО | 400 | 5,1 | 5,71 | 45,09 | 275,76 |
| | Всего за день: | 1485 | 41,42 | 52,73 | 207,18 | 1463,93 |