

## Меню на 14 января 2025 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
<b>Завтрак</b>						
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>13,32</b>	<b>18,78</b>	<b>72,62</b>	<b>441,17</b>
<b>2завтрак</b>						
	Кисло-молочная продукция	180	5,22	4,5	7,56	92
		<b>180</b>	<b>5,22</b>	<b>4,5</b>	<b>7,56</b>	<b>92</b>
<b>Обед</b>						
	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, рубленные 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>17,615</b>	<b>38,888</b>	<b>131,38</b>	<b>997,93</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>5,98</b>	<b>50,08</b>	<b>59,49</b>	<b>392,95</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1850</b>	<b>42,13</b>	<b>112,25</b>	<b>271,05</b>	<b>1924,02</b>

**Меню на 14 января 2025 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
<b>Завтрак</b>						
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>325</b>	<b>9,19</b>	<b>12,68</b>	<b>45,71</b>	<b>307,51</b>
<b>2 завтрак</b>						
	Кисло-молочная продукция	150	4,35	3,75	6,3	81,0
		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,3</b>	<b>81,0</b>
<b>Обед</b>						
	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, рубленные 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>22,78</b>	<b>30,59</b>	<b>110,082</b>	<b>799,659</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>400</b>	<b>5,1</b>	<b>5,71</b>	<b>45,09</b>	<b>275,76</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1485</b>	<b>41,42</b>	<b>52,73</b>	<b>207,18</b>	<b>1463,93</b>