

Ежедневное меню

На «19» марта 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		1,5-3 года	3-7 лет				
		г	г	г	г	г	ккал
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
Пром.	Масло сливочное(порциями)	5	7	0-0,1	3,6-5,1	0,1-0,1	33-46,3
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	4,1-5,5	3,4-4,5	13,4-17,9	100,7-134,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	180	180	1,3-1,3	1-1	7,7-7,7	45,2-45,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	25	1,5-1,9	0,2-0,2	9,8-12,3	46,9-58,6
	Итого за завтрак	355	412	7-8,8	9,7-13	31-40,5	239,1-315,8
	Второй завтрак						
Пром.	Сок фруктовый	150	180	0,4-0,5	0,1-0,1	9,1-10,1	41,3-43,3
	Итого за второй завтрак	150	180	0,4-0,5	0,1-0,1	9,1-10,1	41,3-43,3
	Обед						
54-28з	Свекла отварная дольками	40	60	0,6-0,9	0-0,1	3,5-5,2	16,8-25,2
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	180	3,5-4,2	4,3-5,1	7,6-9,1	82,8-99,4
54-21г	Горошница	110	130	10,6-13,5	1-1,2	24,8-31,5	150,2-191,2
54-11р	Тефтели рыбные (минтай)	60	70	6,4-9	4-5,6	6,3-8,9	86,8-121,5
54-3соус	Соус красный основной	25	25	0,5-0,5	0,4-0,4	1,3-1,3	10,6-10,6
54-22хн	Кисель	150	180	0,2-0,2	0,1-0,1	9,2-11	37,9-45,5
Пром.	Хлеб пшеничный	55	73	4,2-5,5	0,4-0,6	27,1-35,9	128,9-171,1
	Итого за обед	590	718	26-33,8	10,2-13,9	79,8-99,3	514-656,1
	Полдник						
Пром.	Молоко 2,5%	150	200	4,4-5,8	3,8-5	7,2-9,6	80-106,6
54-9в	Булочка школьная	50	70	4,3-5,16	1,5-1,77	28,4-34,03	143,9-172,6
	Итого за полдник	200	270	10,1-10,96	6,5-6,77	38-43,63	250,5-279,2
	Итого за день	1295	1580	43,6-54,06	26,5-33,77	158,9-193,53	1046,9-1294,4