

Ежедневное меню

На «21» марта 2025г.

№ рецептуры	Название блюда	Масса		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		1,5-3 года	3-7 лет				
		г	г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2неделя						
	Завтрак						
Пром.	Масло сливочное(порциями)	5	7	0-0,1	3,6-5,1	0,1-0,1	33-46,3
54-27к	Каша жидкая молочная манная	150	200	4-5,3	4,3-5,7	19-25,3	130,7-174,2
54-21гн	Какао с молоком	180	180	3,1-3,1	2,3-2,3	9,9-9,9	72,9-72,9
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	8,7-10,4	11,9-13,3	38,8-47,6	296,8-352
	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						
54-18с	Свекольник	150	180	1,3-1,6	1,9-2,3	7,9-9,5	54,4-65,3
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	110	130	3,2-3,8	3,9-4,6	22,4-26,4	137,2-162,2
54-2м	Гуляш из говядины	50	70	8,5-11,9	8,3-11,6	1,9-2,7	116,1-162,5
54-22хн	Кисель	150	180	0,2-0,2	0,1-0,1	9,2-11	37,9-45,5
Пром.	Хлеб ржаной	55	73	4,8-4,8	0,9-0,9	24,4-24,4	124,7-124,7
	Итого за обед	535	633	18-22,3	15,1-19,5	67,6-74	477,9-560,2
	Полдник						
Пром.	Молоко2,5%	150	200	4,4-5,8	3,8-5	7,2-9,6	80-106,6
54-16в	Крендель сахарный	50	70	3,3-4,7	5,9-8,2	25,2-35,2	166,7-233,4
	Итого за полдник	200	270	9,1-10,5	10,9-13,2	34,8-44,8	273,3-340
	Итого за день	1240	1495	36,3-43,7	38-46,1	151,3-176,5	1091,3-1295,5