

День: понедельник 21.04.2025

Сезон: зима- весна

Возрастная категория: от 1,6до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша из смеси круп молочная жидкая	150/4-200/5	6,1-8,1	7,3-9,7	21,7-28,9	178-237	Разд4.4 сб.2010
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
Итого за завтрак		363-440	9,34-11,9	12,38-15,7	47,93-59,2	340-426	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	80-100	1,2-1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	пр
Итого за второй завтрак		80-100	1,2- 1,5	0,4 -0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	40-60	0,5- 0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп картофельный с клёцками	150-200	1,3-1,7	1,7-2,3	8,6-11,5	56-74	38
	Котлета рубленая	60-70	12,1-14,14	14,9-17,37	7,69-8,98	214,5-249,9	205
	Картофель отварной в молоке	150-200	3,7-4,9	4,2-5,6	12,9-17,2	105-140	205
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Компот из кураги	180-200	0,8-1,0	0,04-0,05	18,5-22,6	75-91	58
Итого за обед		620 -790	21,56-27,18	24,7-31,22	69,01-92,96	586-762	
Полдник	Биточки манные с вареньем	100/10-150/15	3,7-5,6	3,7-5,6	26,4-39,6	154-230	240
	Молоко кипячённое	180-200	5,22-5,8	5,85-6,5	8,1-9,0	104-116	193
	Кондитерские изделия, вафли	15-20	0,48-0,64	0,42-0,56	12,01-16,01	51-68	пр
Итого за полдник		305-385	9,4-12,04	9,97-12,66	46,51-64,6	309-414	
Итого за день		1368-1715	41,5-52,62	47,4-60,08	180,2-237,7	1307-1693	

День: вторник 22.04.2025

Сезон: зима - весна

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша молочная Дружба с маслом	150/4-200/5	4,6-6,2	6,4-8,6	24,3-32,4	174-232	134
	Бутерброд с маслом сыром	25/5/530/5/10	6,0-6,7	8,5-9,6	11,7-13,2	148-167	2
	Какао с молоком сахаром	180-200	3,24-3,6	3,24-3,6	1,6-18,3	105-117	223
Итого за завтрак		369-450	13,84-16,5	18,1-21,8	37,6-63,9	427-516	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	80-100	1,2-1,5	0,4-0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	пр
Итого за второй завтрак		80-100	1,2-1,5	0,4-0,5	16,8-21,0	72,72-90,9	
Обед	Салат из свежей моркови	40-60	0,4-0,6	1,8-2,7	5,8-8,7	40-60	10
	Суп картофельный протёртый с гренками	150/15-200/20	3,2-4,3	4,6-6,13	16,8-22,4	123-164	79
	Кура отварная	45-53	10,7-12,6	9,0-10,6	0,2-0,2	124-146	487
	Капуста тушеная	120-150	2,6-3,3	3,9-4,9	11,3-14,1	90-113	534
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Компот из сухофруктов	180-200	0,8-0,9	0,05-0,05	29,94-26,6	95-105	205
Итого за обед		590-743	20,86-26,44	19,75-24,9	83,36-100,9	567-730	
Полдник	Шанежка наливная	60-90	4,1-6,4	3,9-5,9	22,4-36,0	143-225	112
	Чай с сахаром	180-200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
Итого за полдник		240-290	4,1-6,4	3,9-5,9	35,1-49,3	192-276	
Итого за день		1279-1583	40,0-50,84	42,15-53,1	172,8-235,1	1258-1612	

День: среда 23.04.2025

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150/4-200/5	5,3-7,1	6,1-8,2	27,8-37,0	188-251	85
	Бутерброд с маслом	25/4-30/5	1,98-2,4	3,64-4,4	12,01-14,5	90-109	1
	Кофейный напиток на молоке	180-200	2,52-2,8	2,79-3,1	12,96-14,4	84,6-94	50
Итого за завтрак		362-440	9,8-12,3	12,53-15,7	52,77-65,9	363-454	
Второй завтрак	Сок фруктовый для детского питания	150	0,75	0	19,05	79,02	пр
Итого за второй завтрак		150	0,75	0	19,05	79,02	
Обед	Салат из свежей капусты	40-60	0,8-1,2	1,8-2,7	3,7-5,5	34-51	43
	Борщ с капустой картофелем	150/4-200/5	1,1-1,5	3,2-3,9	7,2-9,5	61-79	124
	Запеканка рисовая с курой	120/16-150/20	10,56-13,2	11,76-14,7	17,92-22,4	222-277	430
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
	Кисель плодово-ягодный	180-200	0,0	0,0	29,94-26,6	95-105	205
Итого за обед		550-695	15,62-20,64	17,16-27,9	78,08-92,9	507-654	
Полдник	Вареники ленивые	120/3-150/4	13,57-17,0	14,46-18,1	13,98-17,5	239-299	355
	Чай с молоком сахаром	180-200	1,26-1,4	1,44-1,6	14,22-15,8	72-80	195
Итого за полдник		303-354	14,8-18,4	15,9-19,7	28,2-33,3	311- 379	
Итого за день		1365-1639	40,97-52,09	45,6-63,3	178,1-211,1	1260-1566	

