

День: понедельник 05.05.2025

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 06.05.2025

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 07.05.2025

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	Суп молочный с рисом	150-200	2,6-3,5	3,3-4,4	10,9-14,5	83-111	161
	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	2,7-3,0	2,79-3,1	16,1-17,9	98-109	197
Итого за завтрак		359-435	7,28-8,9	9,73-11,9	39,01-46,9	271-329	
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 свеклы с солёным огурцом	40-60	0,5 -0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп крестьянский с крупой	150/5-200/5	1,4-1,9	3,7-4,6	7,0-9,3	67-86	134
	Биточки рыбные	50- 75	7,4-11,2	5,7-8,5	6,4-9,7	107-161	388
	Пюре картофельное	120-150	2,8-3,5	3,8-4,8	11,8-14,7	94-117	520
	Компот из изюма	180-200	2,16-2,4	0,09-0,1	36,99-41,4	154-171	639
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
Итого за обед		585-750	17,42-24,44	17,19-23,9	83,5-107,78	558-742,8	
Полдник	Макароны запечённые с яйцом	120/5-150/6	5,12-6,4	6,96-8,7	15,6-19,5	146-183	262
	Чай с сахаром	180-200	0,0-0,0	0,0-0,0	12,7-13,3	49-51	194
	Хлеб	25-30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,5	59,5-71,4	пр
Итого за полдник		330-386	7,1-8,77	7,21-9,0	40,38-47,3	255-305	
Итого за день		1424-1721	32,55-42,86	34,13-44,8	181,9-221,0	1163-1455	

