

День: понедельник 23.06.2025

Сезон: лето - осень

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 манная молочная с маслом	150/4-200/5	4,5-6,0	6,1-8,2	22,0-29,3	161-215	142
	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	394
Итого за завтрак		363-440	7,74-9,8	11,2-14,2	48,23-59,6	323-404	
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 свёклы с соленым огурцом	40-60	0,5-0,7	3,5-5,3	2,0-3,7	41-65	21
	Суп картофельный с макар. изделиями	150-200	1,6-2,2	1,6-2,1	11,3-15,1	67-89	82
	Жаркое по домашнему с мясом	120-150	6,9–12,5	7,5-12,8	3,7-14,8	111-226	436
	Компот из кураги	180-200	0,8-1,0	0,04-0,05	18,5-22,6	75-91	215
	Хлеб	40-60	3,16-4,74	0,4-0,6	19,32-28,98	95,2-142,8	пр
Итого за обед		494 -670	12,96-21,14	13,0-20,85	54,8-85,18	389-613	
Полдник	Омлет натуральный	60/4-75/5	5,3-6,63	8,7-10,87	0,9-0,11	103-128,8	152
	Пряники	15-20	0,83-1,11	0,62-0,83	10,24-13,65	47,81-63,75	пр
	Хлеб	25-30	1,98-2,37	0,25-0,3	12,08-14,5	59,5-71,4	пр
	Молоко кипячённое	180-200	5,22-5,8	5,85-6,5	8,1-9,0	104-116	175
Итого за полдник		284-330	13,3-15,9	15,4-18,5	31,3-37,3	314,3-380	
Итого за день		1291-1590	34,7-47,59	39,6-53,55	153,3-201,1	1105-1476	

