

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ на 18 июля 2022г.

День: первый
Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с гречневой крупой	150	4,0	5,0	16,71	126,51	58
Кофейный напиток	180	1,96	1,25	10,61	71,07	391
Печенье	20	0,78	3,87	14,6	81,0	
ИТОГО за завтрак :		6,74	10,12	41,92	278,58	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Кисломолочный напиток	150	4,2	3,28	6,09	70,9	406
ИТОГО за завтрак и 2 завтрак:	500	10,94	13,4	48,01	352,48	
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками	150	1,59	2,46	11,97	79,5	69
Кнели мясные с рисом	70	9,66	8,2	5,9	172,04	252
Капуста тушеная	110	1,79	4,24	9,54	84,65	311
Компот из смеси сухофруктов	150	-	-	14,5	61,82	397
Хлеб ржаной	30	1,65	0,21	11,88	58,2	
Хлеб пшеничный	20	1,28	0,16	9,56	46,2	
ИТОГО за обед:	525	15,97	15,27	63,27	502,41	
ПОЛДНИК						
Оладьи дрожжевые со сгущенным молоком	65/10	5,1	6,6	34,63	203,68	1309
Чай с сахаром	180	-	-	6,86	27,37	958
ИТОГО за полдник:	225	5,10	6,6	41,49	231,05	
ВСЕГО за день:		32,06	35,27	152,77	1085,94	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ на 18 июля 2022г.

День: первый
Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с гречневой крупой	200	5,49	6,62	23,14	171,54	58
Кофейный напиток	200	2,34	3,0	12,31	86,18	391
Печенье	30	1,17	5,8	18,9	121,5	
ИТОГО за завтрак :		9,0	15,42	54,35	379,22	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,56	79,5	406
ИТОГО за завтрак и 2 завтрак:	610	14,04	19,92	61,91	458,72	
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками	200	1,84	2,63	13,98	105,25	69
Кнели мясные с рисом	70	9,66	8,2	5,9	172,04	252
Капуста тушеная	130	2,03	4,42	10,78	116,31	311
Компот из смеси сухофруктов	180	-	-	15,87	70,28	397
Хлеб ржаной	40	2,2	0,36	15,84	77,6	
Хлеб пшеничный	40	2,56	0,32	19,12	87,4	
ИТОГО за обед:	670	18,29	15,93	81,4	628,88	
ПОЛДНИК						
Оладьи дрожжевые со сгущенным молоком	70/10	5,71	8,52	34,62	239,0	1309
Чай с сахаром	200	0,06	-	7,84	31,28	958
ИТОГО за полдник:	280	5,77	8,52	42,46	270,28	
ВСЕГО за день:		38,1	44,37	185,77	1357,08	