

Меню  
24 июня 2025  
Вторник (2 день)

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием<br>пищи  | Наименование блюда                                           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|-----------|-------------|
|                |                                                              |                | Б                   | Ж     | У      |                                   |           |             |
| День 2         |                                                              |                |                     |       |        |                                   |           |             |
| ЗАВТРАК        | Каша из смеси круп(ячневая,овсяная,пшеничная)молочная вязкая | 250            | 12,58               | 18,25 | 59,20  | 450,15                            | 2,9       | 276         |
| ЗАВТРАК        | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)               | 50             | 1,53                | 2,73  | 29,14  | 143,73                            | 0,7       | 101         |
| ЗАВТРАК        | Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)                 | 200            | 0,20                | 0,00  | 15,02  | 58,76                             | 0,1       | 502         |
| ЗАВТРАК 2      | Соки овощные, фруктовые и ягодные                            | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,20  | 68                                | 4         | 537         |
| ОБЕД           | Салат из свеклы с зеленым горошком                           | 60             | 1,00                | 3,71  | 4,92   | 57,27                             | 5,88      | 54          |
| ОБЕД           | Борщ с фасолью и картофелем                                  | 250            | 8,70                | 12,22 | 11,88  | 191,95                            | 15,125    | 134         |
| ОБЕД           | Рагу из птицы                                                | 80             | 6,94                | 8,97  | 7,22   | 137,12                            | 8,752     | 412         |
| ОБЕД           | Кисель из концентрата плодового или ягодного                 | 200            | 0,00                | 0,00  | 9,98   | 37,9                              | 0         | 516         |
| ОБЕД           | Хлеб пшеничный                                               | 50             | 3,80                | 0,40  | 24,60  | 117,5                             | 0         | 114         |
| ОБЕД           | Хлеб ржаной                                                  | 50             | 1,32                | 0,24  | 6,68   | 34,8                              | 0         | 115         |
| ПОЛДНИК        | Запеканка из творога с манной крупой                         | 130            | 22,45               | 14,69 | 20,19  | 299,81                            | 0,624     | 319         |
| ПОЛДНИК        | Соус молочный сладкий                                        | 30             | 0,82                | 1,47  | 4,91   | 35,67                             | 0,135     | 449         |
| ПОЛДНИК        | Какао с молоком (1-й вариант)                                | 200            | 3,72                | 3,66  | 24,96  | 144,48                            | 0,6       | 508         |
| ПОЛДНИК        | Банан                                                        | 100            | 1,50                | 0,50  | 21,00  | 96                                | 10        | 118         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                                              | 1750           | 64,86               | 66,94 | 254,90 | 1873,14                           | 48,816    |             |

Категория: Дети 2-3 год

| Прием<br>пищи  | Наименование блюда                                           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|-----------------------------------|-----------|-------------|
|                |                                                              |                | Б                   | Ж     | У      |                                   |           |             |
| День 2         |                                                              |                |                     |       |        |                                   |           |             |
| ЗАВТРАК        | Каша из смеси круп(ячневая,овсяная,пшеничная)молочная вязкая | 180            | 9,05                | 13,14 | 42,62  | 324,11                            | 2,088     | 276         |
| ЗАВТРАК        | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)               | 35             | 1,07                | 1,91  | 20,39  | 100,61                            | 0,49      | 101         |
| ЗАВТРАК        | Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)                 | 150            | 0,15                | 0,00  | 11,27  | 44,07                             | 0,075     | 502         |
| ЗАВТРАК 2      | Соки овощные, фруктовые и ягодные                            | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,20  | 68                                | 4         | 537         |
| ОБЕД           | Салат из свеклы с зеленым горошком                           | 40             | 0,67                | 2,47  | 3,28   | 38,18                             | 3,92      | 54          |
| ОБЕД           | Борщ с фасолью и картофелем                                  | 180            | 6,26                | 8,80  | 8,55   | 138,2                             | 10,89     | 134         |
| ОБЕД           | Рагу из птицы                                                | 70             | 6,07                | 7,85  | 6,31   | 119,98                            | 7,658     | 412         |
| ОБЕД           | Кисель из концентрата плодового или ягодного                 | 150            | 0,00                | 0,00  | 7,48   | 28,43                             | 0         | 516         |
| ОБЕД           | Хлеб пшеничный                                               | 40             | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 94                                | 0         | 114         |
| ОБЕД           | Хлеб ржаной                                                  | 40             | 1,06                | 0,19  | 5,34   | 27,84                             | 0         | 115         |
| ПОЛДНИК        | Запеканка из творога с манной крупой                         | 110            | 19,00               | 12,43 | 17,08  | 253,68                            | 0,528     | 319         |
| ПОЛДНИК        | Соус молочный сладкий                                        | 20             | 0,55                | 0,98  | 3,27   | 23,78                             | 0,09      | 449         |
| ПОЛДНИК        | Какао с молоком (1-й вариант)                                | 150            | 2,79                | 2,75  | 18,72  | 108,36                            | 0,45      | 508         |
| ПОЛДНИК        | Банан                                                        | 100            | 1,50                | 0,50  | 21,00  | 96                                | 10        | 118         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                                              | 1365           | 51,51               | 51,44 | 200,19 | 1465,24                           | 40,189    |             |