

Меню
02 июля 2025
Среда (8 день)

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша Боярская (из пшена с изюмом) | 200 | 14,24 | 27,94 | 61,08 | 551,5 | 2,38 | 260 |
| ЗАВТРАК | Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант) | 45 | 6,33 | 10,15 | 9,58 | 156,55 | 0,135 | 97 |
| ЗАВТРАК | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 200 | 3,26 | 3,26 | 15,30 | 101,88 | 0,6 | 514 |
| ЗАВТРАК 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 68 | 4 | 537 |
| ОБЕД | Салат из репчатого лука | 60 | 1,23 | 3,82 | 7,45 | 69,28 | 2,676 | 85 |
| ОБЕД | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 10,05 | 10,33 | 19,08 | 210,38 | 13,425 | 164 |
| ОБЕД | Рагу из птицы | 80 | 6,94 | 8,97 | 7,22 | 137,12 | 8,752 | 412 |
| ОБЕД | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,10 | 0,00 | 19,40 | 73,8 | 0 | 527 |
| 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 | Булочка ванильная | 80 | 6,66 | 5,38 | 47,30 | 262,16 | 0 | 582 |
| ПОЛДНИК | йогурт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | 1,4 | 535 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1515 | 60,03 | 75,59 | 240,89 | 1882,97 | 33,368 | |

Категория: Дети 2-3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша Боярская (из пшена с изюмом) | 150 | 10,68 | 20,96 | 45,81 | 413,62 | 1,785 | 260 |
| ЗАВТРАК | Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант) | 35 | 4,92 | 7,89 | 7,45 | 121,76 | 0,105 | 97 |
| ЗАВТРАК | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 150 | 2,44 | 2,44 | 11,48 | 76,41 | 0,45 | 514 |
| ЗАВТРАК 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 68 | 4 | 537 |
| ОБЕД | Салат из кукурузы (консервированной) | 40 | 0,82 | 2,55 | 4,96 | 46,18 | 1,784 | 85 |
| ОБЕД | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 200 | 8,04 | 8,26 | 15,26 | 168,3 | 10,74 | 164 |
| ОБЕД | Рагу из птицы | 70 | 6,07 | 7,85 | 6,31 | 119,98 | 7,658 | 412 |
| ОБЕД | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,08 | 0,00 | 14,55 | 55,35 | 0 | 527 |
| 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 | Булочка ванильная | 70 | 5,83 | 4,71 | 41,39 | 229,39 | 0 | 582 |
| ПОЛДНИК | йогурт | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 75 | 1,05 | 535 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1195 | 47,63 | 59,02 | 193,43 | 1495,83 | 27,572 | |