

Меню
18 июля 2025
Пятница (10 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 10								
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	250	10,00	12,65	45,85	338,07	0,825	256
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	35	1,63	10,94	8,89	140,7	0	100
ЗАВТРАК	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,72	3,66	24,96	144,48	0,6	508
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,98	6,05	5,78	81,52	22,98	2
ОБЕД	Рассольник	250	7,88	11,45	13,75	190,1	18,225	138
ОБЕД	рагу из овощей	180	3,29	5,37	21,71	148,73	25,335	434
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	80	16,95	10,98	14,60	223,56	0,112	386
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 "Веснушка"	80	6,54	4,07	47,66	251,57	0	667
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10,00	6,40	7,00	136	1,2	536
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	66,51	72,31	256,08	1948,83	73,277	

Категория: Дети 2-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	180	7,20	9,11	33,01	243,41	0,594	256
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	25	1,16	7,81	6,35	100,5	0	100
ЗАВТРАК	Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,79	2,75	18,72	108,36	0,45	508
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0,66	4,03	3,85	54,35	15,32	2
ОБЕД	Рассольник	200	6,30	9,16	11,00	152,08	14,58	138
ОБЕД	рагу из овощей	150	2,85	4,65	18,81	128,9	21,957	434
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели	70	14,83	9,61	12,78	195,62	0,098	386
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 "Веснушка"	70	5,73	3,56	41,70	220,12	0	667
ПОЛДНИК	Йогурт	150	7,50	4,80	5,25	102	0,9	536
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1365	53,50	56,09	206,24	1550,53	57,899	