

Меню  
21 мая 2025  
Среда (8 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 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 кукурузы (консервированной)      | 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<br>пищи  | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>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    |             |