

Меню на 05.03.2025 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет (салат из
отвар.свеклы)

	Наименование блюда	Выход , г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
День: 8								
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным "Любимая"	150	2,38	2,23	17,85	125,25	0,45	ТТК 5/2 264
	Кофейный напиток с молоком	180	1,58	1,13	12,80	80,89	1,04	
	Батон	10	0,58	0,21	4,16	17,03	0	
	Вафли	10	0,53	3,16	11,64	53,80	0	
	Итого за прием		5,07	6,74	46,45	276,96	1,49	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2,60	3,20	11,00	83,00	0,45	
	Итого за прием		2,60	3,20	11,00	83,00	0,45	
Обед	Салат из отвар.свеклы с растительным маслом	40	0,74	2,01	3,61	34,79	0,966667	33 63; 48 276 ТТК 4/10
	Суп Пуштыешид	150	3,45	2,64	8,12	70,95	6,42	
	Жаркое по-домашнему	190	6,28	7,04	20,65	270,24	8,448617	
	Компот из кураги "Абрикосовый"	150	0,50	0,00	13,75	55,00	0,166667	
	Хлеб пшеничный	15	0,82	0,09	5,10	22,29	0,00	
	Хлеб ржаной	15	1,04	0,17	5,93	25,20	0	
	Итого за прием		12,82	11,95	57,16	478,47	16,00	
Уплотненный полдник	Салат из моркови с растительным маслом "Рыжик"	50	0,60	2,67	3,33	32,67	2,4	ТТК 10/1 149 269 ТТК 41 368
	Хлеб пшеничный	20	0,87	0,10	5,44	17,38	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,10	0,18	6,32	26,88	0	
	Запеканка творожная	90	9,25	9,89	15,07	168,27	0,190909	
	Молоко кипяченое	140	3,87	4,34	8,06	80,67	2,19	
	Напиток из лимона	180	0,10	0,00	12,60	71,00	1,5	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	
	Итого за прием		16,20	17,57	60,63	440,86	16,28	
	Итого за день		36,69	39,45	175,24	1279,30	34,22	

Сумма за день:

Руб-98.56

Меню на 05.03.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет (салат из отвар.свеклы)

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
День: 8								
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным "Любимая"	180	2,86	2,68	21,42	146,70	0,54	ТТК 5/2
	Кофейный напиток с молоком	180	1,58	1,13	12,80	80,89	1,04	264
	Батон	22	1,27	0,46	9,16	37,46	0	
	Вафли	18	0,95	5,69	20,95	96,84	0	
	Итого за прием		6,66	9,96	64,33	361,88	1,58	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0,50	
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0,50	
Обед	Салат из отвар.свеклы с растительным маслом	60	1,11	3,01	5,42	52,18	1,45	33
	Суп Пуштыешид	200	4,60	3,52	10,82	94,60	9,56	63; 48
	Жаркое по-домашнему	230	7,60	8,52	25,00	327,14	10,22727	276
	Компот из кураги "Абрикосовый"	200	0,67	0,00	18,33	73,33	0,222222	ТТК 4/10
	Хлеб пшеничный	25	1,37	0,16	8,51	37,15	0,00	
	Хлеб ржаной	25	1,73	0,28	9,88	42,00	0	
	Итого за прием		17,07	15,48	77,96	626,40	21,46	
Уплотненный полдник	Салат из моркови с растительным маслом "Рыжик"	60	0,90	4,00	5,00	49,00	3,6	ТТК 10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,09	0,13	6,81	21,72	0,00	
	Хлеб ржаной	25	1,38	0,22	7,90	33,60	0	
	Запеканка творожная	100	13,61	10,98	16,74	220,30	0,212121	149
	Молоко кипяченое	140	4,26	3,80	7,05	79,33	1,91	269
	Напиток из лимона	200	0,11	0,00	14,00	78,89	2,777778	ТТК 41
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	
	Итого за прием		21,96	19,53	72,55	548,85	23,00	
	Итого за день		48,55	48,49	226,94	1628,43	46,54	

Сумма за день:

Руб-107.56