

Меню на 09.04.2025 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г всего	Жиры , г всего	Углево -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур ы
День: 3								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным "Полезная"	145	4,61	4,25	16,06	125,06	0,6525	ТТК 15/1
	Батон	15	1,00	3,64	7,19	29,51	0	
	Печенье	10	0,70	1,40	6,90	43,00	0	
	Чай с молоком	180	2,70	2,30	12,50	89,00	0,03	263
	Итого за прием		9,01	11,59	42,66	286,57	0,68	
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	Свекла отварная(кубиками)	40	0,80	4,00	14,20	41,33	0,87	ТТК 20/1
	Суп с перловой крупой и сметаной	170	1,87	2,09	11,87	77,04	6,171	
	Капуста тушеная с мясом говядины	180	5,33	6,22	8,44	246,88	17,929	196
	Компот из кураги и изюма	150	0,33	5,83	19,33	61,67	0,3	253
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,14	7,35	32,10	0	
	Хлеб ржаной	15	1,05	0,17	6,61	28,05	0	
	Итого за прием		10,57	18,45	67,80	487,07	25,27	
Уплотненный полдник	Картофель отварной	160	2,39	3,24	17,28	106,05	16,948	76
	Рыба, припущенная с овощами	130	10,64	4,79	4,86	137,14	4,8286	156
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,14	6,75	26,10	0	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	8,02	29,40	0	
	Напиток из лимона	150	0,08	0,00	9,00	59,167	2,8333	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	ТТК 41
	Итого за прием		16,29	8,78	60,96	423,86	39,11	
	Итого за день		38,47	42,01	182,41	1280,5	1	65,51
Сумма за день:								

Руб-118.25

/ А.М. Арасланова

Меню на 09.04.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

	Наименование блюда	Выход , г	Белки , г всего	Жиры , г всего	Углево -ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур ы
День: 3								
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным "Полезная"	175	5,56	5,13	19,39	150,94	0,7875	ТТК 15/1
	Батон	20	1,54	5,60	11,07	45,40	0	
	Печенье	15	1,05	2,10	10,35	64,50	0	
	Чай с молоком	200	3,00	2,56	13,89	98,89	0,0333	
	Итого за прием		11,15	15,38	54,69	359,73	0,82	
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	Свекла отварная(кубиками)	60	1,20	6,00	21,30	62,00	1,30	ТТК 20/1
	Суп с перловой крупой и сметаной	200	2,20	2,46	13,96	90,64	7,26	
	Капуста тушеная с мясом говядины	230	8,09	7,95	10,78	315,45	22,909	196
	Компот из кураги и изюма	200	0,44	7,78	25,78	82,22	0,4	253
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,18	9,80	42,80	0	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	8,82	37,40	0	
	Итого за прием		14,91	24,59	90,44	630,52	31,87	
	Уплотненный полдник	Картофель отварной	180	3,72	5,04	26,92	165,20	26,4
Рыба, припущенная с овощами		140	12,54	5,15	5,23	147,69	5,2	156
Хлеб пшеничный		25	1,97	0,23	11,25	43,50	0	
Хлеб ржаной		25	1,75	0,28	10,02	36,75	0	
Напиток из лимона		200	0,11	0,00	12,00	78,889	3,7778	ТТК 41
Фрукты (яблоки)		100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	
Напиток витаминный		50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	368
Итого за прием			20,69	11,09	80,47	538,03	49,88	
						1619,5		
Итого за день			49,61	54,58	237,70	7	83,06	
Сумма за день:								Руб- 126.85