

Меню на 14.01.2025 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

День: 7	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным "Солнышко"	150	3,15	3,90	20,25	130,50	0,00	ТТК 13
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	266
	Батон	13	1,00	0,36	7,22	29,51	0	
	Сыр (порциями)	10	1,86	2,36	0,00	28,80	0,059	6
	Итого за прием		9,68	9,82	43,29	295,81	1,49	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2,34	2,88	9,90	74,70	0	270
	Итого за прием		2,34	2,88	9,90	74,70	0	
Обед	Салат из зеленого горошка "Детский"	40	1,20	2,07	2,50	33,44	4,4	ТТК 10/4
	Борщ с мясом со сметаной	150	5,88	4,38	8,22	96,00	9,6	62
	Биточки(котлеты) рыбные "Рыбка"	60	5,85	3,26	21,23	85,50	0,315	ТТК 17
	Рис припущенный	110	2,64	3,15	26,91	146,67	0	211
	Компот из кураги и изюма	150	0,33	5,83	20,83	61,67	0,3	253
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,07	0,02	
	Итого за прием		18,61	18,97	91,71	482,87	14,63	
Уплотненный полдник	Запеканка капустная	85	5,35	4,76	8,85	99,53	2,4	97
	Хлеб пшеничный	10	0,66	0,07	4,67	22,35	0	
	Чай с соком	180	0,09	0,00	10,80	43,20	0,207	ТТК 4
	Булочка творожная	60	6,50	3,00	23,69	153,13	0,09	483
	Молоко кипячёное	165	5,02	4,47	8,31	83,50	2,26	269
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		18,02	12,70	66,12	445,71	14,95	
	Итого за день		48,65	44,37	211,01	1299,08	31,07	

Сумма за день:

Руб-96.54

Меню на 14.01.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 7	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным "Солнышко"	190	7,60	6,65	25,65	183,35	0,00	ТТК 13
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	266
	Батон	20	1,54	0,56	11,10	45,40	0	
	Сыр (порциями)	12	2,32	2,95	0,00	36,00	0,073	6
	Итого за прием		15,13	13,35	52,57	371,75	1,50	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0	270
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0	
Обед	Салат из зеленого горошка "Детский"	60	1,80	3,10	3,75	50,16	6,6	ТТК 10/4
	Борщ с мясом со сметаной	200	7,84	5,84	10,96	128,00	12,8	62
	Биточки(котлеты) рыбные "Рыбка"	80	7,80	4,35	28,30	114,00	0,42	ТТК 17
	Рис припущенный	150	3,60	4,30	36,70	200,00	0	211
	Компот из кураги и изюма	180	0,40	7,00	25,00	74,00	0,36	253
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,76	0,02	
	Итого за прием		23,75	24,93	118,40	634,44	20,20	
Уплотненный полдник	Запеканка капустная	115	4,85	8,28	18,02	136,15	24,31	97
	Чай с соком	200	0,10	0,00	12,00	48,00	0,23	ТТК 4
	Хлеб пшеничный	10	0,66	0,07	4,67	22,35	0	
	Хлеб ржаной	15	0,66	0,12	3,34	17,38	0,01	
	Булочка творожная	60	7,80	3,60	28,43	173,75	0,11	483
	Молоко кипячёное	150	4,57	4,07	7,56	85,00	2,05	269
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00	4,5	
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		19,23	16,53	89,07	548,63	41,20	
Итого за день			60,97	58,33	272,13	1646,12	62,91	

Сумма за день:

Руб-106.75