

Меню на 15.01.2025 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

День: 3	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным "Дошкольная"	150	3,15	3,90	20,25	130,50	0,00	168
	Чай с молоком	180	2,70	2,30	14,30	89,00	0,03	263
	Батон	10	0,77	2,80	5,53	22,70	0,00	
	Печенье	10	0,70	1,40	6,90	43,00	0,00	
	Итого за прием		7,40	11,70	48,75	290,32	0,03	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2,34	2,88	9,90	74,70	0,00	270
	Итого за прием		2,34	2,88	9,90	74,70	0,00	
Обед	Салат из репчатого лука с растит. маслом "Витаминный"	30	4,00	2,00	3,75	24,00	2,8	ТТК 18/1
	Борщ с картофелем со сметаной	150	1,23	3,00	8,46	65,85	5,28	52;48
	Бефстроганов из отвар мяса говядины	50	12,94	10,38	2,75	145,63	0	278
	Макаронные изделия отварные	110	6,88	3,85	24,20	151,25	0	123,124
	Напиток из натурального сока	150	0,08	0,08	22,00	86,67	0,5833	ТТК 43
	Хлеб ржаной	13	0,86	0,16	4,34	22,59	0,02	
	Итого за прием		25,98	19,46	65,50	495,98	8,68	
Уплотненный полдник	Суп молочный с рисом	160	3,84	4,08	13,44	105,60	0,736	69
	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,10	7,01	33,53	0	
	Сдоба обыкновенная	40	3,08	1,85	20,92	112,62	0	466
	Молоко кипячёное	120	3,35	2,98	5,54	62,33	1,50	269
	Компот из свежих яблок	165	0,09	0,09	18,51	74,06	1,3261	251
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	Итого за прием		11,74	9,49	75,22	432,13	13,57	
	Итого за день		47,46	43,53	199,37	1293,13	22,27	

Сумма за день:

Руб-95.38

Меню на 15.01.2025 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 3	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным "Дошкольная"	180	3,78	4,68	24,30	156,60	0,00	168
	Чай с молоком	180	2,70	2,30	14,30	89,00	0,03	263
	Батон	25	1,93	7,00	13,83	56,75	0,00	
	Печенье	15	1,05	2,10	10,35	64,50	0,00	
	Итого за прием		9,46	16,08	62,78	366,85	0,03	
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	110	2,86	3,52	12,10	91,30	0,00	270
	Итого за прием		2,86	3,52	12,10	91,30	0,00	
Обед	Салат из репчатого лука с растит. маслом "Витаминный"	50	6,67	3,33	6,25	46,67	4,6667	ТТК 18/1
	Борщ с картофелем со сметаной	180	1,48	3,60	10,15	79,02	6,336	52;48
	Бефстроганов из отвар мяса говядины	80	20,70	16,60	4,40	229,00	0	278
	Макаронные изделия отварные	130	8,13	4,55	28,60	168,75	0	123,124
	Напиток из натурального сока	180	0,10	0,10	26,40	104,00	0,7	ТТК 43
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	17,38	0,01	
	Итого за прием		37,73	28,30	79,14	644,81	11,71	
Уплотненный полдник	Суп молочный с рисом	180	4,32	4,59	15,12	118,80	0,828	69
	Хлеб пшеничный	10	0,66	0,07	4,67	22,35	0	
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	17,38	0,01	
	Сдоба обыкновенная	60	4,62	2,77	31,38	168,92	0	466
	Молоко кипячёное	110	3,35	2,98	5,54	62,33	1,50	269
	Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	21,50	86,00	1,54	251
	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		14,30	11,03	96,61	541,78	18,38	
	Итого за день		64,35	58,93	250,63	1644,75	30,13	

Сумма за день:

Руб-107.23