

Меню на 19.03.2025 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
День: 8								
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным "Любимая"	150	2,38	2,23	17,85	125,25	0,45	ТТК 5/2
	Кофейный напиток с молоком	180	1,58	1,13	12,80	80,89	1,04	264
	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
	Суп Пуштыешид	150	3,45	2,64	8,12	70,95	6,42	63; 48
	Жаркое по-домашнему	190	6,28	7,04	20,65	270,24	8,448617	276
	Компот из кураги "Абрикосовый"	150	0,50	0,00	13,75	55,00	0,166667	ТТК 4/10
	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
	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	149
	Молоко кипяченое	140	3,87	4,34	8,06	80,67	2,19	269
	Напиток из лимона	180	0,10	0,00	12,60	71,00	1,5	ТТК 41
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10	368
	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-97.23

Меню на 19.03.2025 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
День: 8								
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным "Любимая"	180	2,86	2,68	21,42	146,70	0,54	ТТК 5/2 264
	Кофейный напиток с молоком	180	1,58	1,13	12,80	80,89	1,04	
	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 63; 48 276 ТТК 4/10
	Суп Пуштыешид	200	4,60	3,52	10,82	94,60	9,56	
	Жаркое по-домашнему	230	7,60	8,52	25,00	327,14	10,22727	
	Компот из кураги "Абрикосовый"	200	0,67	0,00	18,33	73,33	0,222222	
	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 10/1 149 269 ТТК 41 368
	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	
	Молоко кипяченое	140	4,26	3,80	7,05	79,33	1,91	
	Напиток из лимона	200	0,11	0,00	14,00	78,89	2,777778	
	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	
	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-108.54