

Меню на 19.11.2024 г.

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

| День: 2                | Наименование блюда                                      | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал | С     | № рецептур  |
|------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|-------------|------------|------------------|-------------|-------|-------------|
|                        |                                                         |             | всего       | всего      |                  |             |       |             |
| Завтрак                | Суп молочный с гречневой крупой                         | 150         | 4,50        | 4,14       | 12,84            | 106,20      | 0,06  | 69          |
|                        | Кофейный напиток с молоком                              | 170         | 2,74        | 2,27       | 13,60            | 85,94       | 1,105 | 264         |
|                        | Батон                                                   | 20          | 1,54        | 0,56       | 11,10            | 45,40       | 0     |             |
|                        | Сыр (порциями)                                          | 10          | 2,32        | 2,95       | 0,00             | 36,00       | 0,073 | 6           |
|                        | Итого за прием                                          |             | 11,10       | 9,92       | 37,54            | 273,54      | 1,24  |             |
| 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       | 0,00  |             |
| Обед                   | Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом       | 40          | 1,70        | 3,80       | 4,80             | 59,58       | 5,6   | 12          |
|                        | Суп картофельный с мясными фрикадельками                | 150         | 3,96        | 3,03       | 9,26             | 81,00       | 6,72  | 83,121      |
|                        | Биточки (котлеты, шницели ) рыбные                      | 60          | 5,85        | 3,26       | 21,23            | 85,50       | 0,315 | 163         |
|                        | Рис припущенный                                         | 110         | 2,88        | 3,44       | 29,36            | 160,00      | 0     | 211         |
|                        | Сок                                                     | 150         | 0,30        | 0,20       | 16,30            | 68,00       | 1,667 | 268         |
|                        | 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  |             |
|                        | Итого за прием                                          |             | 16,01       | 13,92      | 88,96            | 493,81      | 14,31 |             |
| Уплотненный<br>полдник | салат из отварной моркови с зеленым горошком"Витаминка" | 40          | 0,50        | 0,04       | 4,25             | 28,40       | 1,92  | ТТК 19      |
|                        | 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  |             |
|                        | Суп молочный с геркулесовой крупой                      | 190         | 5,59        | 16,99      | 140,39           | 0,84        | 69,00 | 69          |
|                        | Ватрушка с творогом                                     | 60          | 1,35        | 2,33       | 2,85             | 181,50      | 0,075 | 278,283,304 |
|                        | Компот из чернослива                                    | 180         | 0,39        | 0,02       | 24,98            | 108,60      | 0,36  | 253         |
|                        | Фрукты (яблоки)                                         | 100         | 0,40        | 0,40       | 9,80             | 44,00       | 10    | 368         |
|                        | Итого за прием                                          |             | 10,21       | 20,05      | 194,28           | 422,93      | 81,37 |             |
|                        | Итого за день                                           |             | 39,66       | 46,77      | 330,68           | 1264,98     | 96,93 |             |
|                        | Стоимость за день:                                      |             |             |            |                  |             |       |             |

Руб-99.25

## Меню на 19.11.2024 г.

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

| День: 2                        | Наименование блюда                                      | Выход,<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    | С            | № рецептур         |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|----------------|--------------|--------------------|
|                                |                                                         |             | всего        | всего        |                  |                |              |                    |
| <b>Завтрак</b>                 | Суп молочный с гречневой крупой                         | 200         | 6,00         | 5,52         | 17,12            | 141,60         | 0,08         | <b>69</b>          |
|                                | Кофейный напиток с молоком                              | 180         | 2,90         | 2,40         | 14,40            | 98,00          | 1,17         | <b>264</b>         |
|                                | Батон                                                   | 25          | 2,31         | 0,84         | 16,65            | 68,10          | 0            |                    |
|                                | Сыр (порциями)                                          | 15          | 3,48         | 4,43         | 0,00             | 54,00          | 0,11         | <b>6</b>           |
|                                | Итого за прием                                          |             | 14,69        | 13,19        | 48,17            | 361,70         | 1,36         |                    |
| <b>10:00</b>                   | Кисломолочный напиток Снежок                            | 110         | 2,86         | 3,52         | 12,10            | 91,30          | 0            | <b>270</b>         |
|                                | Итого за прием                                          |             | 2,86         | 3,52         | 12,10            | 91,30          | 0            |                    |
| <b>Обед</b>                    | Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом       | 60          | 2,55         | 5,70         | 7,20             | 89,37          | 8,4          | <b>12</b>          |
|                                | Суп картофельный с мясными фрикадельками                | 200         | 5,28         | 4,04         | 12,35            | 108,00         | 8,96         | <b>83,121</b>      |
|                                | Рыба, припущенная с овощами                             | 100         | 9,67         | 4,40         | 3,74             | 105,49         | 3,714        | <b>156</b>         |
|                                | Рис припущенный                                         | 130         | 3,12         | 3,73         | 31,81            | 173,33         | 0            | <b>211</b>         |
|                                | Сок                                                     | 180         | 0,36         | 0,24         | 19,56            | 81,60          | 2            | <b>268</b>         |
|                                | 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                                          |             | 23,29        | 18,44        | 88,34            | 626,08         | 23,10        |                    |
| <b>Уплотненный<br/>полдник</b> | салат из отварной моркови с зеленым горошком"Витаминка" | 60          | 0,75         | 0,06         | 6,37             | 35,10          | 2,88         | <b>ТТК 19</b>      |
|                                | 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         |                    |
|                                | Суп молочный с геркулесовой крупой                      | 200         | 5,59         | 5,59         | 16,99            | 140,39         | 0,84         | <b>69</b>          |
|                                | Ватрушка с творогом                                     | 60          | 1,03         | 1,78         | 2,18             | 138,65         | 0,057        | <b>278,283,304</b> |
|                                | Компот из чернослива                                    | 200         | 0,43         | 0,02         | 27,76            | 114,00         | 0,4          | <b>253</b>         |
|                                | 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           | <b>368</b>         |
|                                | Итого за прием                                          |             | 10,39        | 8,13         | 80,36            | 553,73         | 18,70        |                    |
|                                | <b>Итого за день</b>                                    |             | <b>51,23</b> | <b>43,28</b> | <b>228,97</b>    | <b>1632,80</b> | <b>43,16</b> |                    |

Стоимость за день:

Руб-105.38