

Меню
15 января 2025
Среда (8 день)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
	Каша Боярская (из пшена с изюмом)	200	14,24	27,94	61,08	551,5	2,38	260
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант)	45	6,33	10,15	9,58	156,55	0,135	97
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,26	3,26	15,30	101,88	0,6	514
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из кукурузы (консервированной)	60	1,23	3,82	7,45	69,28	2,676	85
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	10,05	10,33	19,08	210,38	13,425	164
ОБЕД	Рагу из птицы	80	6,94	8,97	7,22	137,12	8,752	412
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	19,40	73,8	0	527
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	0	114
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,8	0	115
ПОЛДНИК	Булочка ванильная	80	6,66	5,38	47,30	262,16	0	582
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5,80	5,00	8,00	100	1,4	535
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1515	60,03	75,59	240,89	1882,97	33,368

Категория: Дети 2-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
	Каша Боярская (из пшена с изюмом)	150	10,68	20,96	45,81	413,62	1,785	260
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант)	35	4,92	7,89	7,45	121,76	0,105	97
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	150	2,44	2,44	11,48	76,41	0,45	514
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из кукурузы (консервированной)	40	0,82	2,55	4,96	46,18	1,784	85
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	8,04	8,26	15,26	168,3	10,74	164
ОБЕД	Рагу из птицы	70	6,07	7,85	6,31	119,98	7,658	412
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	150	0,08	0,00	14,55	55,35	0	527
ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0	114
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	1,06	0,19	5,34	27,84	0	115
ПОЛДНИК	Булочка ванильная	70	5,83	4,71	41,39	229,39	0	582
ПОЛДНИК	Ряженка	150	4,35	3,75	6,00	75	1,05	535
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1195	47,63	59,02	1495,83	27,572	