

Меню. Неделя: Вторая. День: Четверг

День: Четверг

Сезон: зимне-весенний _____

Возрастная категория 1–3 года

| № рецептура | Наименование блюда и кулинарных изделий | Выход порций грамм | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) |
|----------------|--|--------------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 94 | Каша рисовая ,молочная | 150 | 2,58 | 12,75 | 8,97 | 71,2 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным (крестьян)МДЖ-72,5% | 30/7 | 1,98 | 6,5 | 14 | 130 |
| 392 | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0 | 8,99 | 28 |
| | Итого за прием: | 337 | 4,6 | 19,25 | 31,96 | 229,2 |
| 399 | 10.00 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 100 | 0,51 | 0 | 9 | 43 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 57 | Борщ с капустой и картофелем | 150 | 1,3 | 3,25 | 7,71 | 61 |
| 282 | Пельмени с маслом | 150/5 | 17,1 | 13,65 | 32,4 | 321 |
| 336 | Капуста квашеная | 30 | 0,6 | 1,08 | 3 | 23,7 |
| 376 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,06 | 0 | 16,36 | 65 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,14 | 0,13 | 7,05 | 35 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54 |
| | Итого за прием: | 535 | 22,18 | 18,47 | 77,11 | 559,7 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 448 | Оладьи со сгущенным молоком | 50/10 | 5,9 | 4,8 | 24 | 163 |
| 397 | Какао на молоке | 150 | 3,15 | 2,72 | 0,49 | 89 |
| | Итого за прием: | 210 | 9,05 | 7,52 | 24,49 | 252 |
| | Итого за день: | | 36,34 | 45,24 | 142,56 | 1083,9 |

Меню. Неделя: Вторая . День: Четверг

Сезон: зимне-весенний

Возрастная категория 3–7 лет

| № рецептура | Наименование блюда и кулинарных изделий | Выход порций грамм | Пищевые вещества | | | ЭЦ (ккал) |
|-------------|--|--------------------|------------------|--------------|---------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| 94 | Каша рисовая ,молочная | 200 | 3,44 | 13,67 | 11,96 | 95 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным(крестьян) МДЖ-72,5% | 30/7 | 1,98 | 7,2 | 14 | 130 |
| 392 | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0 | 20 | 40 |
| | Итого за прием: | 417 | 5,48 | 20,87 | 45,96 | 265 |
| 399 | 10.00 Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 100 | 0,51 | 0 | 9 | 43 |
| | | | | | | |
| | ОБЕД | | | | | |
| 57 | Борщ с капустой и картофелем | 180 | 1,73 | 4,34 | 10,28 | 81 |
| 282 | Пельмени с маслом | 200/7 | 17,1 | 13,65 | 32,4 | 321 |
| 47 | Капуста квашеная | 50 | 1,1 | 3,4 | 5,6 | 57 |
| 376 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,07 | 0 | 19,64 | 69 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54 |
| | Итого за прием: | 677 | 23,96 | 22,11 | 89,1 | 636 |
| | ПОЛДНИК | | | | | |
| 448 | Оладьи со сгущенным молоком | 50/10 | 5,9 | 4,8 | 24 | 163 |
| 397 | Какао на молоке | 180 | 3,67 | 3,19 | 20 | 107 |
| | Итого за прием: | 240 | 9,57 | 7,99 | 44 | 270 |
| | Итого за день: | | 39,52 | 50,97 | 188,06 | 1214 |

