

Меню на. 23.10.2024 г (8 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| День 5 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 90 | 8,16 | 11,74 | 2,13 | 146,95 |
| ЗАВТРАК | Бутерброды с сыром (2-й вариант) | 35 | 4,92 | 7,89 | 7,45 | 121,76 |
| ЗАВТРАК | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 150 | 2,44 | 2,44 | 11,48 | 76,41 |
| ЗАВТРАК 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 68,00 |
| ОБЕД | Салат из моркови и яблок | 40 | 0,36 | 4,07 | 2,86 | 50,14 |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми (2-й вариант) | 180 | 8,37 | 8,46 | 14,17 | 167,67 |
| ОБЕД | Тефтели из говядины с рисом («ежики») | 60 | 6,76 | 7,52 | 7,57 | 125,07 |
| ОБЕД | Рагу из овощей | 150 | 3,09 | 9,24 | 15,04 | 157,20 |
| ОБЕД | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,48 | 28,43 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,41 | 4,41 | 14,52 | 116,48 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант) | 150 | 0,15 | 0,00 | 11,27 | 44,07 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Плоды свежие -яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1395 | 42,4 | 56,59 | 138,65 | 1243,18 |

Меню на 23.10.2024 г (8 день)

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| День 5 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 100 | 9,07 | 13,04 | 2,37 | 163,28 |
| ЗАВТРАК | Бутерброды с сыром (2-й вариант) | 45 | 6,33 | 10,15 | 9,58 | 156,55 |
| ЗАВТРАК | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) | 200 | 3,26 | 3,26 | 15,30 | 101,88 |
| ЗАВТРАК 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 68,00 |
| ОБЕД | Салат из моркови и яблок | 60 | 0,55 | 6,10 | 4,29 | 75,21 |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми (2-й вариант) | 250 | 11,63 | 11,75 | 19,67 | 232,88 |
| ОБЕД | Тефтели из говядины с рисом («ежики») | 70 | 7,88 | 8,77 | 8,83 | 145,91 |
| ОБЕД | Рагу из овощей | 180 | 3,71 | 11,09 | 18,05 | 188,64 |
| ОБЕД | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 37,90 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,88 | 5,88 | 19,36 | 155,30 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант) | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,02 | 58,76 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Плоды свежие -яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1755 | 53,01 | 70,94 | 172,05 | 1548,81 |