

Меню на 14.05.2024

утверждаю

ст. воспитатель

Для детей до 3-х лет

| Номер технол. карты | Наименование блюда | Выход д | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------------|---|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 6 | Суп вермишелевый молочный | 160 | 5,12 | 6,85 | 14,10 | 141,66 | 1,5 |
| 8 | Какао с молоком сахаром | 150 | 3,24 | 3,17 | 12,17 | 87,17 | 1,6 |
| 20 | Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 20/4 | 1,58 | 5,24 | 9,81 | 93,87 | 0 |
| Итого за завтрак | | 334 | 9,94 | 15,26 | 36,08 | 322,7 | 3,1 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 21 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0 | 5,15 | 23 | 2,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 17 | Салат «Зимний» с растительным маслом | 45 | 1,7 | 7,1 | 5,8 | 90,9 | 5,8 |
| 3 | Суп гороховый на м/к бульоне | 180 | 1,93 | 4,06 | 10,31 | 76,88 | 4,144 |
| 30 | Капуста тушеная с мясом | 150 | 13,93 | 13,9 | 18,7 | 184,94 | 21,7 |
| 19 | Компот из яблок | 150 | 0,1 | 0 | 11 | 55 | 12 |
| 21 | Хлеб пшеничный/ржаной | 22/35 | 1,5/2,3 | 0,99/0,4 | 10,23/11,9 | 55,72/57,89 | 0/0 |
| Итого за обед | | 582 | 20,7 | 22,4 | 67,32 | 558,24 | 28,62 |
| полдник | | | | | | | |
| 22 | Печенье | 12 | 0,92 | 1,16 | 8,92 | 50,04 | 0 |
| 2 | Сок фруктовый | 130 | 0,8 | 0 | 16,0 | 78,6 | 3,0 |
| | | 142 | 1,72 | 1,16 | 24,92 | 128,4 | 3,0 |
| Ужин | | | | | | | |
| 5 | Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком | 120/8 | 7,4 | 9,2 | 26,63 | 166,2 | 0,45 |
| 13 | Чай с сахаром | 150 | 0,12 | 0 | 8,97 | 38,1 | 0,02 |
| Итого за ужин | | 278 | 7,52 | 9,2 | 35,6 | 204,3 | 0,47 |
| Итого за день | | 1396 | 40,08 | 48,02 | 169,07 | 1236,88 | 37,69 |

Меню на 14.05.2024

утверждаю

ст. воспитатель

Для детей с 3-х до 7-ми лет

| Номер технол. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------------|---|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 6 | Суп вермишелевый молочный | 200 | 6,52 | 8,92 | 19,0 | 194,28 | 2,0 |
| 8 | Какао с молоком сахаром | 180 | 4,1 | 4,26 | 17,91 | 120,38 | 2,0 |
| 21 | Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 25/4 | 1,84 | 7,9 | 11,9 | 103,7 | 0 |
| Итого за завтрак | | 365 | 14,95 | 16,96 | 60,51 | 387,14 | 2,5 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 21 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0 | 5,15 | 23 | 2,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 17 | Салат «Зимний» с растительным маслом | 60 | 2,04 | 8,52 | 6,96 | 109,08 | 6,95 |
| 3 | Суп гороховый на м/к бульоне | 220 | 2,14 | 6,24 | 12,4 | 110,23 | 5,75 |
| 30 | Капуста тушеная с мясом | 150 | 13,93 | 13,9 | 18,7 | 184,94 | 21,7 |
| 19 | Компот из яблок | 180 | 0,1 | 0 | 14,22 | 68,22 | 14,4 |
| 21 | Хлеб пшеничный/ржаной | 25/40 | 1,6/2,64 | 1,1/0,48 | 11,6/13,68 | 63,3/66,6 | 0 |
| Итого за обед | | 675 | 22,45 | 30,24 | 77,56 | 606,67 | 48,0 |
| полдник | | | | | | | |
| 22 | Печенье | 12 | 0,92 | 1,16 | 8,92 | 50,04 | 0 |
| 2 | Сок фруктовый | 130 | 0,8 | 0 | 16,0 | 78,6 | 3,0 |
| | | 142 | 1,72 | 1,16 | 24,92 | 128,4 | 3,0 |
| Ужин | | | | | | | |
| 5 | Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком | 150/10 | 9,25 | 11,6 | 31,0 | 203,46 | 0,5 |
| 13 | Чай с сахаром | 180 | 0,15 | 0 | 9,31 | 40,46 | 0,02 |
| Итого за ужин | | 340 | 9,4 | 11,6 | 40,31 | 243,92 | 0,52 |
| Итого за день | | 1616 | 46,23 | 64,08 | 196,75 | 1420,35 | 58,82 |

