

Меню на 19.11.2024

утверждаю

ст. воспитатель

Для детей до 3-х лет

| Номер технол. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|-------------------------|--|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 13 | Каша «Дружба» молочная | 150 | 4,58 | 6,93 | 15,93 | 180,6 | 1,5 |
| 8 | Какао с молоком с сахаром | 150 | 3,24 | 3,17 | 12,17 | 87,17 | 1,6 |
| 21 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,34 | 0,9 | 9,3 | 50,66 | 0 |
| Итого за завтрак | | 322 | 6,2 | 7,92 | 35,13 | 274,42 | 1,52 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 21 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0 | 5,15 | 23 | 2,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 22 | Огурец свежий порционно | 25 | 0,2 | 0,02 | 0,65 | 3,5 | - |
| 17 | Суп с клецками на курином бульоне | 180 | 3,4 | 4,44 | 5,62 | 64,74 | 9,016 |
| 31 | Гуляш с отварными курами, гречневый гарнир | 50/110 | 12,73 | 11 | 26,43 | 257,5 | 0,22 |
| 19 | Компот из яблок | 150 | 0,1 | 0 | 11 | 55 | 12 |
| 21 | Хлеб пшеничный/ржаной | 22/35 | 1,5/2,3 | 0,99/0,42 | 10,23/11,97 | 55,72/57,89 | 0/0 |
| Итого за обед | | 577 | 20,75 | 17,0 | 70,12 | 509,74 | 25,24 |
| 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 |
| Ужин | | | | | | | |
| 14 | Лапшевник с творогом со сгущенным молоком | 120/80 | 7,0 | 6,1 | 24,63 | 156,2 | 0,45 |
| 13 | Чай с сахаром | 150 | 0,12 | 0 | 8,97 | 38,1 | 0,02 |
| Итого за ужин | | 278 | 7,12 | 6,1 | 33,6 | 194,3 | 0,47 |
| Итого за день | | 1369 | 35,99 | 39,18 | 168,92 | 1130,1 | 42,73 |

Меню на 19.11.2024

Утверждаю

ст. воспитатель

Для детей с 3-х до 7-ми лет

| Номер технол. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|-------------------------|--|-------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 13 | Каша «Дружба» молочная | 200 | 5,79 | 8,82 | 22,67 | 205,15 | 2,0 |
| 8 | Какао с молоком с сахаром | 180 | 4,1 | 4,26 | 17,91 | 120,38 | 2,0 |
| 21 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,6 | 1,1 | 11,6 | 63,3 | 0 |
| Итого за завтрак | | 405 | 11,49 | 14,18 | 52,18 | 388,83 | 4,0 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 21 | Яблоко | 50 | 0,2 | 0 | 5,15 | 23 | 2,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 22 | Огурец свежий порционно | 30 | 0,25 | 0,03 | 0,78 | 4,2 | - |
| 17 | Суп с клецками на курином бульоне | 220 | 4,63 | 6,16 | 7,89 | 101,07 | 9,57 |
| 31 | Гуляш с отварными курами, гречневый гарнир | 70/130 | 16,9 | 14,2 | 36,2 | 368,44 | 0,29 |
| 19 | Компот из яблок | 180 | 0,1 | 0 | 14,22 | 68,22 | 14,4 |
| 21 | Хлеб пшеничный/ржаной | 25/40 | 1,6/2,6 | 1,1/0,48 | 11,6/13,68 | 63,3/66,6 | 0 |
| Итого за обед | | 695 | 26,39 | 21,76 | 88,98 | 648,13 | 28,26 |
| 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 |
| Ужин | | | | | | | |
| 14 | Лапшевник с творогом со сгущенным молоком | 150/100 | 8,7 | 18,4 | 36,0 | 203,46 | 0,5 |
| 13 | Чай с сахаром | 180 | 0,15 | 0 | 9,31 | 40,46 | 0,02 |
| Итого за ужин | | 340 | 8,85 | 18,4 | 45,31 | 243,92 | 0,52 |
| Итого за день | | 1632 | 48,65 | 56,66 | 216,54 | 1432,52 | 38,28 |