Меню для детей 1-3 лет

|  |
| --- |
| **День 19. Четверг – 26 июня 2025** |
| **Прием пищи** | **наименование блюда** | **выход блюда, гр** | **пищевые вещества** | **энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Омлет**  | 75 | 8.28 | 13.06 | 1.48 |  157.46 | 65 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 160 | 2.85 | 2.41 | 14.36 | 91.0 |  34 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20/4 | 1.58 | 5.24 | 9.81 | 93.87 | 114 |
| **Итого в завтрак** |  | 259 | **12.71** | **20.71** | **25.65** | **342.33** |  |
| **2 завтрак** | **Напиток из яблок** |  70 | 0.04 | 0 | 8.54 | 33.67 | 106 |
| **Итого во 2 завтрак** |  | 70 | **0.04** | **0** | **8.54** | **33.67** |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Свежий огурец** | 35 | 1.22 | 0.87 | 1.90 | 28.44 | 105 |
|  | **Борщ на кури-ном бульоне**  | 150 | 7.6 | 7.7 | 13.3 | 154.0 | 81 |
| **Вермишелевая запеканка с мясом кур** | 110 | 13.5 | 11.72 | 25.21 | 264.06 | 94 |
| **Соус розовый** | 30 | 0.5 | 1.83 | 3.5 | 32.8 | 108 |
| **Компот из сухофуктов** | 150 | 0,3 | 0.08 | 25.27 | 102.90 | 31 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | 1.98 | 0,36 | 11.88 | 57.68 | 1 |
| **Итого в обед** |  | 505 | **25.1** | **22.56** | **81.06** | **639.88** |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Снежок** | 160 | 2.0 | 0 |  22.0 |  89.04 | 42 |
|  | **Крендель** | 20 | 1.52 |  0.16 | 9.84 |  46.88 |  1  |
| **,Итого в полдник** |  |  190 | **3.52** |  **0.16** | **31.84** |  **135.92** |  |
| **Итого в день** |  |  | **41.37** | **43.43** | **147.09** |  **1151.8** |  |

Меню для детей 3-7 лет

|  |
| --- |
| **День 19. Четверг – 26 июня 2025** |
| **Прием пищи** | **наименование блюда** | **выход блюда, гр** | **пищевые вещества** | **энергетическая ценность, ккал** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **Завтрак** | **Омлет** | 85 | 8.28 | 13.06 | 1.48 |  157.46 | 65 |
|  | **Кофейный напиток с молоком** | 180 | 2.85 | 2.41 | 14.36 | 91.0 |  34 |
|  | **Бутерброд с маслом** | 20/5 | 1.58 | 5.24 | 9.81 | 93.87 | 114 |
| **Итого в завтрак** |  | 290 | **12.71** | **20.71** | **25.65** | **342.33** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2 завтрак** | **Напиток из яблок** |  70 | 0.04 | 0 | 8.54 | 33.67 | 106 |
| **Итого 2 завтрак**  |  | 70 | **0.04** | **0** | **8.54** | **33.67** |  |
| **Обед**  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Свежий огурец** | 45 | 1.22 | 0.87 | 1.90 | 28.44 | 105 |
|  | **Борщ на кури-ном бульоне**  | 180 | 9.12 | 9.24 | 15.96 | 184.8 | 81 |
| **Вермишелевая запеканка с мясом кур** | 130 | 13.5 | 11.72 | 25.21 | 264.06 | 94 |
| **Соус розовый** | 30 | 0.5 | 1.83 | 3.5 | 32.8 | 108 |
| **Компот из сухофруктов** | 180 | 0.36 | 0,09 | 30.58 | 123.48 | 31 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | 1.98 | 0,36 | 11.88 | 57.68 | 1 |  |
| **Итого в обед** |  | 595 | **26.68** | **24.11** | **89.03** |  **691.26** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Снежок** | 195 | 2.0 | 0 |  22.0 |  89.04 | 42 |
|  | **Крендель** | 20 | 1.52 |  0.16 | 9.84 |  46.88 |  1  |
| **Итого в полдник** |  |  215 | **3.52** |  **0.16** | **31.84** |  **135.92** |  |
| **Итого в день** |  |  | **42.95** | **44.98** | **155.06** |  **1203.18** |  |