

**Меню приготавливаемых блюд
на «10» января 2025 года**

Возрастная категория: 1-3 лет и 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша жидкая молочная манная	150	200	6.7/7.8	4.4/7	17.9/25.2	125/158	54-27к
	Какао с молоком	180	180	0.5/1.82	_____	6.8/11.1	48.6/95.6	54-21гн
	Хлеб пшеничный	20	25	1.08	1.2	15.8	61.8	Пром.
	Масло сливочное	5	7	0.1	3.8	0.1	44.6	Пром.
Итого за завтрак		355	412	8.4/10.8	9.4/12	40.6/52.2	280/360	
2 завтрак	<i>Сок фруктовый</i>	150	180	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	Пром.
Итого за второй завтрак		150	180	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	
обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	60	0.5/1.5	0.5	6.3/9.3	57/89	54-8з
	Свекольник	150	180	3.8/4.8	10.5/12.5	29.4/36.25	125.4/135.5	54-18с
	Гуляш из говядины	50	70	4.8/5.9	6.1/7	7.65/13.65	98\117.5	54-2м
	Каша перловая рассыпчатая	110	130	2.77/2.92	1	1.9/3.9	82.9/95.2	54-5г
	Хлеб ржаной	55	73	1.08	1.2	15.8	61.8	Пром.
	Кисель	150	180	0.7/1.2	_____	7.05/7.5	31.2/65.5	54-22хн
Итого за обед		575	693	14.7/18.9	20.1/23	71.05/91.35	490/630	
полдник	Крендель сахарный	50	70	3.5	2	15.3	107.5	54-16в
	Молоко 2,5%	150	200	2.8/4.6	5.05/7	15.15/23.85	102.5/107.5	Пром.
Итого за полдник		200	270	6.3/8.1	7.05/9	30.45/39.15	210/270	
Итого за день:		1280	1555	31.48/40.5	36.65/44.8	152.25/195.75	1050/1350	