

02.06.2025

Меню 3-7 НОВОЕ, 1nn

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	Эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг) и микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>			
134	Каша рисовая вязкая на молоке	430,47	кКал-200.36, Белки-3.8, Жиры-5.25, Угл-34.32
5	Масло сливочное	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.67
30	Батон нарезной	4.04	кКал-7.77, Белки-0.11, Жиры-0.3, Угл-1.53
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Завтрак1

кКал-333.34, Белки-6.24, Жиры-9.18, Угл-

<u>Завтрак2</u>			
180	Сок фруктовый	80.53	кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18
Итого за Завтрак2			кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18

<u>Обед</u>			
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
205	Щи из свежей капусты со сметаной	53,39	кКал-74.96, Белки-1.64, Жиры-4.15, Угл-7.57
70	Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)	233,9	кКал-167.18, Белки-9.39, Жиры-13.12, Угл-2.99
134	Каша гречневая вязкая с маслом	175,11	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61
200	Кисель плодово-ягодный	305,1	кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77
Итого за Обед			кКал-523.13, Белки-19.26, Жиры-24.82, Угл-

Полдник у.

150	Макаронные изделия с тертым сыром	211,48	кКал-237.09, Белки-8.32, Жиры-7.81, Угл-33.21
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75

Итого за Полдник у.

кКал-330.02, Белки-10.32, Жиры-8.06, Угл-

Итого за день

кКал-1269.59, Белки-36.72, Жиры-39.24, Угл-

03.06.2025

Меню 3-7 НОВОЕ, 1 вт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минер. вещества (мг)
Завтрак1			
134	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	470,03	кКал-188.2, Белки-5.58, Жиры-5.97, Угл- 27.89
8	Сыр (порциями)	27,09	кКал-28, Белки-2.1, Жиры-2.13
30	Батон нарезной	4,04	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
Итого за Завтрак1			кКал-316.13, Белки-10.08, Жиры-8.4, Угл-
Завтрак2			
200	Компот из свежих плодов	294,11	кКал-55.13, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл- 13.27
Итого за Завтрак2			кКал-55.13, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-
Обед			
205	Рассольник с перловой крупой и сметаной	54,04	кКал-91.79, Белки-1.54, Жиры-1.97, Угл- 10.15
70	Биточки мясные с томатным соусом п/ф	445,49	кКал-82.76, Белки-1.38, Жиры-5.68, Угл-3.49
130	Картофельное пюре	138,01	кКал-138.82, Белки-3.71, Жиры-1.63, Угл- 20.9
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1,29	кКал-78, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-16.5
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	1,2	кКал-66, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-13.8
Итого за Обед			кКал-485, Белки-13.99, Жиры-15.88, Угл-
Полдник у.			
103	Каша манная молочная вязкая с маслом	7,04	кКал-133.31, Белки-3.74, Жиры-3.97, Угл- 20.52
60	Пудинг творожный со сгущенным молоком	232,02	кКал-132.28, Белки-9.07, Жиры-4.69, Угл- 13.05
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
Итого за Полдник у.			кКал-358.52, Белки-14.81, Жиры-8.91, Угл-
Итого за день			кКал-1214.78, Белки-39.04, Жиры-33.35, Угл- 189.59

Меню 3-7 НОВОЕ, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1			
134	Каша овсяная "Геркулес"	181,78	кКал-173.67, Белки-5.24, Жиры-6.57, Угл-23.29
30	молочная вязкая с маслом	104	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
Итого за Завтрак1			кКал-273.6, Белки-7.64, Жиры-6.87, Угл-
Завтрак2			
100	Кисломолочный продукт для детского питания	470,91	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
Итого за Завтрак2			кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
Обед			
40	Маринад овощной без томата	516,07	кКал-53.63, Белки-0.63, Жиры-1.06, Угл-3.54
205	Свекольник со сметаной	67,35	кКал-100.86, Белки-2, Жиры-4.23, Угл-13.62
150	Плов из мяса птицы	131,01	кКал-356.62, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	473,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.35, Угл-11.7
Итого за Обед			кКал-639.04, Белки-20.96, Жиры-28.08, Угл-
Полдник у.			
50	Булочка молочная	273,45	кКал-147.4, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-28.9
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
180	Суп молочный с макаронными изделиями	76,54	кКал-118.61, Белки-4.35, Жиры-1.41, Угл-15.8
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27.93, Угл-6.99
Итого за Полдник у.			кКал-358.94, Белки-11.25, Жиры-5.75, Угл-
Итого за день			кКал-1369.58, Белки-43.05, Жиры-43.9, Угл-200.88

Меню 3-7 НОВОЕ, 1чм

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	м. пив. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1			
134	Каша манная молочная вязкая с маслом	7,23	кКал-168,32, Белки-4,68, Жиры-5,1, Угл-25,78
30	Батон нарезной	4,04	кКал-72, Белки-2,4, Жиры-0,3, Угл-15,3
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27,93, Угл-6,99
Итого за Завтрак1			кКал-268,25, Белки-7,08, Жиры-5,4, Угл-
Завтрак2			
200	Компот из смеси сухофруктов	293,07	кКал-69,95, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-18,15
Итого за Завтрак2			кКал-69,95, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-
Обед			
40	Салат из белокочанной капусты	494,22	кКал-50,36, Белки-0,83, Жиры-1,05, Угл-2,32
60	Мясо птицы, припущенное с овощами	108,91	кКал-160,94, Белки-9,56, Жиры-11,94, Угл-3,83
180	Суп-лапша	66,92	кКал-101,6, Белки-2,38, Жиры-1,91, Угл-11,13
134	Макаронные изделия отварные с маслом	211	кКал-183,69, Белки-5,49, Жиры-3,67, Угл-32,13
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27,93, Угл-6,99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0,25, Угл-13,75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	421,06	кКал-55, Белки-2, Жиры-0,25, Угл-11,5
Итого за Обед			кКал-644,52, Белки-22,26, Жиры-24,07, Угл-
Полдник у.			
103	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	465,64	кКал-140,48, Белки-4,11, Жиры-3,95, Угл-21,33
90	Омлет натуральный	218,05	кКал-136,61, Белки-9,46, Жиры-10,11, Угл-1,69
200	Чай с сахаром	282,09	кКал-27,93, Угл-6,99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	420,09	кКал-65, Белки-2, Жиры-0,25, Угл-13,75
Итого за Полдник у.			кКал-370,02, Белки-15,57, Жиры-14,41, Угл-
Итого за день			кКал-1352,74, Белки-45,35, Жиры-43,97, Угл-194,88