

Возрастная категория: от 2-х до 3 -х лет **МЕНЮ на 15.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Макароны отварные с маслом	205	155	5,68	4,35	27,25	164
батон нарезной	111	15	1,12	0,43	7,71	39
сыр твердых сортов в нарезке	7	10	2,32	2,95		36
Кофейный напиток с молоком сгущенным	396	150	2,15	1,46	15,5	84
<b>Итого за завтрак</b>		330	11,27	9,19	50,46	323
<b>Обед</b> Салат из зеленого горошка консервированного	10	15	0,44	0,78	0,48	13
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	67	150	1,24	4,33	5,39	65,6
Плов из птицы	291	150	12,71	7,85	26,8	229
Напиток из плодов шиповника	639	150	0,15		26,85	106,5
Хлеб ржаной	109	35	2,31	0,42	11,7	61
<b>Итого за обед</b>		500	16,85	13,38	71,22	475,1
<b>Полдник</b> Пирожки печеные с яблоками	797	70	0,3	0,3	26,6	104
Молоко кипяченое	400	150	4,58	4,08	7,58	85
<b>Итого за полдник</b>		220	4,88	4,38	34,18	189
<b>Итого за день</b>		<b>1200</b>	<b>35,15</b>	<b>28,41</b>	<b>171,36</b>	<b>1071,1</b>

Возрастная категория: от 3 до 7 лет **МЕНЮ на 15.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Макароны отварные с маслом	205	185	6,83	4,18	32,76	197
батон нарезной	111	30	2,25	0,9	15,4	79
сыр твердых сортов в нарезке	7	15	3,48	4,43	14,36	54
Кофейный напиток с молоком сгущенным	396	180	2,65	1,79	18,83	102
<b>Итого за завтрак</b>		410	15,21	11,3	81,35	432
<b>Обед</b> Салат из зеленого горошка консервированного	10	50	1,5	1,6	1,59	41,3
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	67	180	1,55	5,22	6,51	79
Плов из птицы	291	200	18,54	10,73	36,45	316
Напиток из плодов шиповника	398	180	0,61	0,25	18,67	70
Хлеб ржаной	109	40	2,6	0,18	13,36	69,6
<b>Итого за обед</b>		650	24,8	17,98	76,58	575,9
<b>Полдник</b> Пирожки печеные с яблоками	797	70	0,3	0,3	26,6	104,3
Молоко кипяченое	400	180	5,48	4,88	9,07	102
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>5,78</b>	<b>5,18</b>	<b>35,67</b>	<b>206,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1490</b>	<b>48,44</b>	<b>36,25</b>	<b>212,43</b>	<b>1316,2</b>

Возрастная категория: от 2-х до 3-х лет **МЕНЮ** на

**16.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша пшеничная вязкая	284	150	4,5	6,2	24,9	176
Батон нарезной	111	15	1,12	0,43	7,71	39
Какао с молоком	397	150	3,15	2,72	12,96	89
2-й завтрак: Фрукты в ассортименте	368	95	0,4	0,4	19,8	44
<b>Итого за завтрак</b>		315	8,77	9,35	45,57	304
<b>Обед</b>						
Уха с перловой крупой со сметаной	200	150	1	1,2	0,3	18,2
Жаркое по-домашнему	259	150	13,89	15,51	14,21	253
Компот из изюма	644	150	0,45		23,55	93
Хлеб ржаной	109	35	2,31	0,42	11,7	61
<b>Итого за обед</b>		485	17,65	17,13	49,76	425,2
<b>Полдник</b> Запеканка из творога	237	70	12,3	8,43	12	173
Биойогурт	401	150	7,5	2,25	12,75	76
<b>Итого за полдник</b>		280	25,04	14,3	29,9	303
<b>Итого за день</b>		<b>1175</b>	<b>51,86</b>	<b>41,18</b>	<b>145,03</b>	<b>1076,2</b>

Возрастная категория: от 3-х до 7 лет **МЕНЮ** на

**16.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша пшеничная вязкая	284	180	5,4	7,4	29,9	214
Батон нарезной	111	40	3	1,2	20,6	104,8
Какао с молоком	397	180	3,67	3,09	15,82	107
2-й завтрак: Фрукты в ассортименте	368	100	0,6	0,6	15,4	69
<b>Итого за завтрак</b>		400	12,07	11,69	66,32	425,8
<b>Обед</b>						
Уха с перловой крупой со сметаной	200	180	1,24	1,77	0,4	22
Жаркое по-домашнему	259	200	18,51	20,67	18,95	337
Компот из изюма	644	180	0,54		28,26	112
Хлеб ржаной	109	40	2,6	0,18	13,36	69,6
<b>Итого за обед</b>		600	22,89	22,62	60,97	540,6
<b>Полдник</b> Запеканка из творога	237	130	17,54	12,05	17,15	227
Биойогурт	401	180	10	3	17	130
<b>Итого за полдник</b>		250	22,3	11,43	29	303
<b>Итого за день</b>		<b>1350</b>	<b>57,86</b>	<b>46,34</b>	<b>171,69</b>	<b>1338,4</b>

Возрастная категория: от 2-х до 3 -х лет **МЕНЮ на 17.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша манная вязкая	284	150	3,6	6,2	22,8	167
Батон нарезной	111	15	1,12	0,43	7,71	39
масло порциями	6	5	0,04	3,62	0,06	33
кофейный напиток с молоком	395	150	2,34	2	10,63	70
<b>Итого за завтрак</b>		320	7,1	12,25	41,2	309
<b>Обед</b>						
Борщ с капустой с картофелем со сметаной	57	150	1,3	4,35	7,95	76,6
Каша рассыпчатая гречневая	282	115	6,1	7,9	30,3	222
Гуляш	260	50	7,27	8,4	1,45	111
Компот из смеси с/ фруктов	644	150	0,45		23,55	93
Хлеб ржаной	109	35	2,31	0,42	11,7	61
<b>Итого за обед</b>		500	17,43	21,07	74,95	563,6
<b>Полдник</b> Яйцо вареное						
Баранки		30	2,5	2,4	17,8	73
Чай с молоком	394	150	2,65	2,33	11,31	77
<b>Итого за полдник</b>		221	10,25	9,33	29,41	213
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1191</b>	<b>37,12</b>	<b>44,65</b>	<b>156,19</b>	<b>1155,6</b>

Возрастная категория: от 3-х до 7 лет **МЕНЮ на 17.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша манная вязкая	284	180	4,3	7,4	27,4	200
Батон нарезной	111	30	2,25	0,9	15,4	79
масло порциями	6	10	0,08	7,25	0,13	66
кофейный напиток с молоком	395	180	2,85	2,41	14,36	91
<b>Итого за завтрак</b>		400	9,48	17,96	57,29	436
<b>Обед</b>						
Борщ с капустой с картофелем со сметаной	57	180	0,61	5,21	9,6	92
Каша рассыпчатая гречневая	282	125	6,7	8,6	33	242
Гуляш	260	70	10,19	11,75	2,02	155
Компот из смеси с/ фруктов	644	180	0,54		28,26	112
Хлеб ржаной	109	40	2,6	0,18	13,36	69,6
<b>Итого за обед</b>		595	20,64	25,74	86,24	670,6
<b>Полдник</b> Яйцо вареное						
Баранки		45	3,8	3,6	26,7	157
Чай с молоком	394	180	2,67	2,34	14,31	89
<b>Итого за полдник</b>		266	11,57	10,54	41,31	309
<b>Итого за день</b>		<b>1441</b>	<b>44,54</b>	<b>56,65</b>	<b>199,2</b>	<b>1506,6</b>

Возрастная категория: от 2-х до 3 -х лет **МЕНЮ на 18.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша пшенная вязкая	284	150	4,4	6,9	23,9	180
Батон нарезной	111	15	1,12	0,43	7,71	39
Чай с сахаром	392	150	0,04	0,01	6,99	28
<b>Итого за завтрак</b>		315	5,56	7,34	38,6	247
<b>Обед</b> Салат из репчатого лука	11	20	0,25	1,23	1,53	18
Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	83	150	4,18	4,51	9,57	95,6
Картофельное пюре	429	110	2,31	4,8	12	101
Рыба отварная	332	50	8,58	3,71	0,41	69
компот из чернослива и кураги	644	150	0,45		23,55	93
Хлеб ржаной	109	35	2,31	0,42	11,7	61
<b>Итого за обед</b>		515	18,08	14,67	58,76	437,6
<b>Полдник</b> Ватрушки с творогом	802	70	9,2	12,7	9,7	186,5
сок	399	150	0,15		26,8	30
<b>Итого за полдник</b>		220	9,35	12,7	36,5	216,5
<b>Итого за день</b>		<b>1050</b>	<b>32,99</b>	<b>34,71</b>	<b>133,86</b>	<b>901,1</b>

Возрастная категория: от 3-х до 7 лет **МЕНЮ на 18.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b> Каша пшенная вязкая	284	180	5,2	8,3	28,6	216
Батон нарезной	111	40	3	1,2	20,6	104,8
Чай с сахаром	392	180	0,06	0,02	9,99	40
<b>Итого за завтрак</b>		400	8,26	9,52	59,19	360,8
<b>Обед</b> Салат из репчатого лука	11	40	0,5	2,46	3,06	36,6
Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	83	180	6,94	6,95	11,64	140,6
Картофельное пюре	429	150	3,15	6,6	16,35	138
Рыба отварная	332	80	13,72	5,93	0,65	111
компот из чернослива и кураги	644	180	0,54		28,26	112
Хлеб ржаной	109	40	2,6	0,18	13,36	69,6
<b>Итого за обед</b>		670	27,45	22,12	73,32	607,8
<b>Полдник</b> Ватрушки с творогом	802	80	10,5	14,5	11	213,1
сок	399	180	0,85		20,8	59
<b>Итого за полдник</b>		260	11,35	14,5	31,8	272,1
<b>Итого за день</b>		<b>1330</b>	<b>47,06</b>	<b>46,14</b>	<b>164,31</b>	<b>1240,7</b>

Возрастная категория: от 2-х до 3-х лет **МЕНЮ на 19.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b><u>Завтрак</u></b> Каша из хлопьев овсяных «Геркулес»	284	150	4,2	7,8	19,8	173
батон нарезной	111	15	1,12	0,43	7,71	39
сыр твердых сортов в нарезке	7	10	2,32	2,95		36
Какао с молоком	395	150	2,34	2	10,63	70
<b>Итого за завтрак</b>		325	9,98	13,18	38,14	318
<b><u>Обед</u></b>						
Суп картофельный с макаронными со сметаной	82	150	1,81	3,1	10,5	77,6
Капуста тушеная	336	110	2,27	3,56	10,37	83
Котлеты рубленые из птицы	305	50	7,86	8,04	8,31	137
компот из свежих плодов	639	150	0,15		26,85	106,5
Хлеб ржаной	109	35	2,31	0,42	11,7	61
<b>Итого за обед</b>		495	14,4	15,12	67,73	465,1
<b><u>Полдник</u></b> Кондитерские изделия		60	2,8	5	53,4	95
Напиток из плодов шиповника	639	150	0,15		26,85	106,5
<b>Итого за полдник</b>		210	2,95	5	80,25	201,5
<b>Итого за день</b>		<b>1180</b>	<b>29,67</b>	<b>35,3</b>	<b>196,75</b>	<b>1054,6</b>

Возрастная категория: от 3-х до 7 лет **МЕНЮ на 19.04.2024г**

наименование блюда	№ рецепта	Масса порций	Пищевые вещества(г)			Энер. (ккал)
			Б	Ж	У	
<b><u>Завтрак</u></b> Каша из хлопьев овсяных «Геркулес»	284	180	5	9,4	23,8	207
батон нарезной	111	30	2,25	0,9	15,4	79
сыр твердых сортов в нарезке	7	15	3,48	4,43	14,36	54
Какао с молоком	397	180	3,67	3,19	15,82	107
<b>Итого за завтрак</b>		405	14,4	17,92	69,38	447
<b><u>Обед</u></b>						
Суп картофельный с макаронными со сметаной	82	180	2,23	3,7	12,74	94
Капуста тушеная	336	130	2,68	4,21	12,3	98
Котлеты рубленые из птицы	305	80	12,64	13,14	13,46	223
компот из свежих плодов	639	180	0,18		32,22	128
Хлеб ржаной	109	40	2,6	0,18	13,36	69,6
<b>Итого за обед</b>		610	20,33	21,23	84,08	612,6
<b><u>Полдник</u></b> Кондитерские изделия		70	2,5	6	62,1	194
Напиток из плодов шиповника	398	180	0,61	0,25	18,67	70
<b>Итого за полдник</b>		250	3,11	6,25	80,77	264
<b>Итого за день</b>		<b>1445</b>	<b>41,51</b>	<b>48,59</b>	<b>250,05</b>	<b>1430,6</b>

