

Меню для детей от 1-3 лет 3 неделя понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
день 11					
Завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	160/3	4,9	5,66	21,35
	Чай с сахаром	160	0,04	0,01	7,46
	Бутерброд с маслом	30/3	2,02	6,2	12,06
		356	6,96	11,87	40,87
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
		150	0,75	0	15,15
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5	2,1	3,06	8,7
	Котлета "Улыбка"	70	2,8	8,06	5,69
	Рагу из овощей	110	1,78	9,55	10,04
	Огурец соленый	30	0,24	0	0,72
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,85
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		545	9,04	21,09	55,06
Полдник	Запеканка из круп	80	5,3	4,98	36,27
	Соус сметанный сладкий	20	0,73	0,87	1,6
	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1
		253,50	6,10	5,86	44,97
Итого за день		1304,5	22,9	38,8	156,1

Меню для детей от 1-3 лет 3 неделя вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
Завтрак	Каша жидкая манная	140/3	4,57	6,35	22,96
	Хлеб пшеничный	30	2,24	0,14	15
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99
		363	11,93	11,10	45,23
2 завтрак	Бифидок	130	3,77	4,16	13,87
		130	3,77	4,16	13,87
Обед	Свекла отварная	30	1,95	1,53	2,64
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	3,3	3,15	9,75
	Гуляш из отварного мяса	50	12,89	10,1	3,27
	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,64	4,4	26,95
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		530	23,29	19,69	70,89
Полдник	Запеканка из творога с рисом	80	6,48	6	12
	Соус фруктовый	50	0,47	0,03	6,7
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
		280,00	7,70	6,03	33,85
Итого за день		1303,00	46,69	40,98	163,84

Меню для детей от 1-3 лет 3 неделя среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	5,09	6,58	18,53
	Бутерброд с сыром	30/10	4,33	6,31	13,35
	Чай с молоком	160	2,37	2,08	12,71
		353	11,79	14,97	44,59
2 завтрак	Снежок	140	4	4,48	5,6
		140	4,00	4,48	5,60
Обед	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	3,15	4,5	17,2
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	7,27	10,44	5,92
	Макаранные изделия отварные	110	4,18	0,55	22,88
	Капуста тушеная	30	0,59	1,12	2,82
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,12	0,008	11,58
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		530	17,31	16,92	72,46
Полдник	Булочка домашняя	60	3,6	4,8	17,4
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8
		310,00	4,75	5,20	42,35
Итого за день		1333,00	37,85	41,57	165,00

Меню для детей от 1-3 лет 3 неделя четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	3,98	5,37	21,32
	Бутерброд с маслом	30/3	2,02	6,2	12,06
	Кофейный напиток с молоком	160	2,53	2,13	12,76
		356	8,53	13,70	46,14
2 завтрак	Ряженка	120	4,15	4,61	5,76
		120	4,15	4,61	5,76
Обед	Икра морковная	30	0,66	2,4	3,35
	Суп картофельный с рыбой	150	16,82	4,73	12,15
	Рыба, тушенная с овощами	60	5,74	2,88	1,65
	Картофельное пюре	110	2,24	3,84	13,25
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,85
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		530	27,58	14,27	60,31
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	80	10,89	8,54	11,70
	Соус фруктовый	50	0,47	0,03	6,7
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99
		290,00	11,40	8,58	25,39
Итого за день		1296,00	51,66	41,16	137,60

Меню для детей от 1-3 лет 3 неделя пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Б	Ж	У
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	160/3	4,15	4,81	17,82
	Бутерброд с повидлом	30/8	1,48	2,32	16,47
	Какао с молоком	160	3,36	2,9	13,82
		361	8,99	10,03	48,11
2 завтрак	Фрукты свежие (груша)	150	0,6	0,6	15,45
		150	0,6	0,6	15,45
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3
	Жаркое по-домашнему	160	19,47	5,02	17,41
	Чай с сахаром	160	0,04	0,01	7,46
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,15	15,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06
		565	27,70	10,72	66,93
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	4,52	5,23	20,78
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15
		210,00	5,27	5,23	35,93
Итого за день		1286,0	42,6	26,6	166,4