

Лаврухи
на Ляна
Михайлов

Подписано
цифровой
подписью:
Лаврухина Ляна
Михайловна Дата:
2025.02.03
12:16:54 +03'00'

Меню приготавливаемых блюд на
01.07.2025

Возрастная категория: 1-3 года/3-7 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Неделя 2 День 7		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
завтрак	Каша вязкая молочная гречневая со сливочным маслом	150	200	181,13	240,32
	Кофейный напиток на молоке	150	200	87	116
	Хлеб пшеничный	25	35	68,5	95,9
	Масло сливочное порциями	6	8	45	60
	Сыр в нарезке		10		54,5
итого за завтрак		343	458	425	567
2 завтрак	Фрукт свежий соц.		133		95,49
обед	Суп фасолевый (с курицей)	150	200	81	157,25
	Плов с курицей	180	200	287,24	341,1
	Хлеб ржаной	35	45	57,75	74,25
	Овощи свежие (помидор)	50	60	8,85	10,62
	Напиток из сока	150	200	51,75	69
итого за обед		495	635	478	586
полдник, совмещенный с ужином	Котлета рыбная	80	100	107	133,75
	Кукуруза конс.	30	35	23,4	31,2
	Хлеб пшеничный	25	35	68,5	95,9
	Чай черный байховый с сахаром	150	200	36,48	48,64
итого за полдник		285	370	235	309
Итого за день:		1123	1463	1138	1462
	Картофель тушеный с курами		200		242
	Хлеб пшеничный		35		95,9
	Чай с сахаром		200		145,2
Итого:			1908		2031