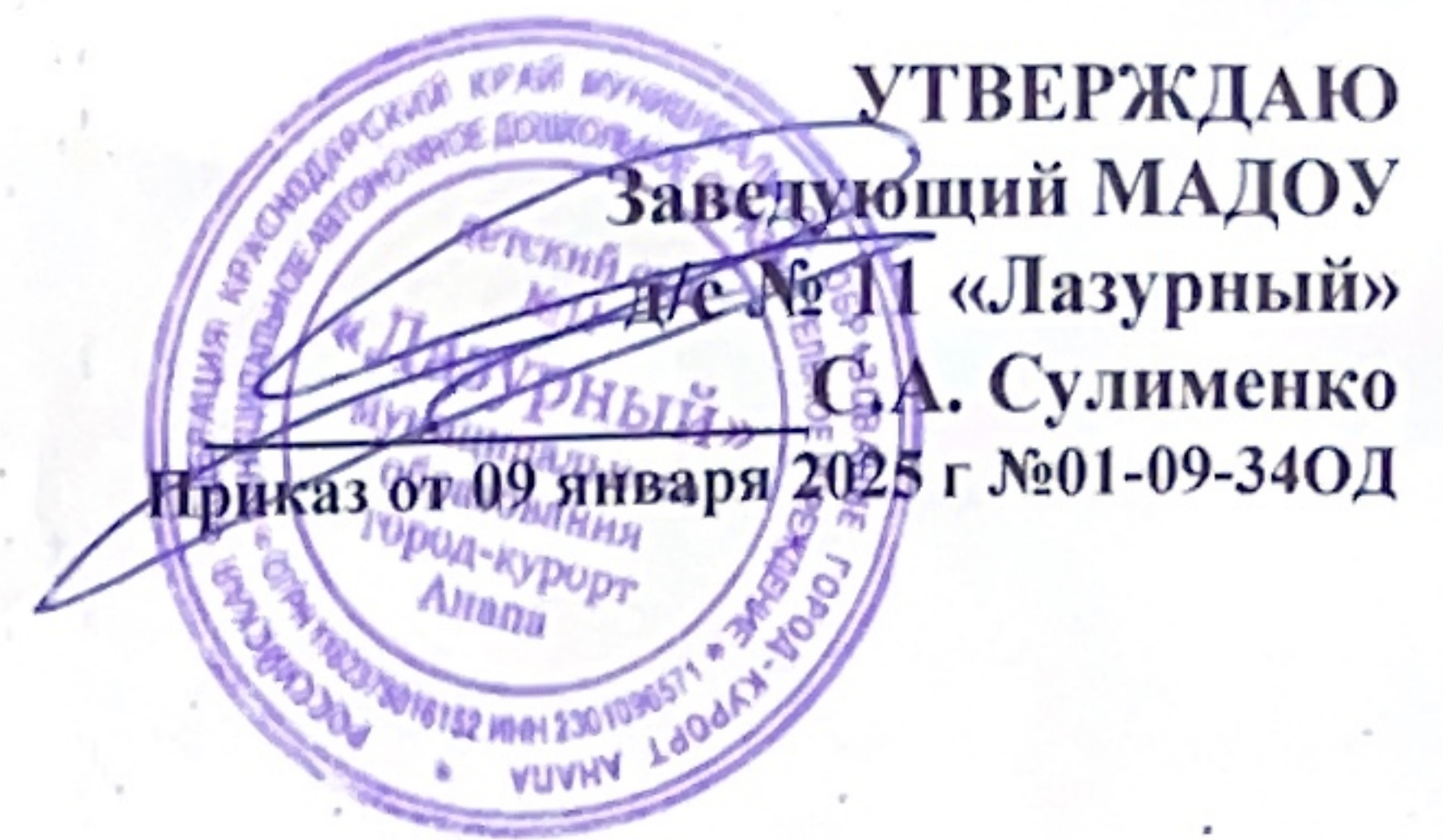




**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ
25.06.2025**

23.06.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	5,3	24,7	135,5	199
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,5	99,2	416
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,1	5,9	9	106,2	3
Итого за завтрак		410	10,2	14,4	46,2	340,9	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	2,7	7,1	55,7	41
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАННОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	4,7	26,7	152,0	200
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	9,9	11,1	13,4	189,5	322
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,2	0,2	15	57,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	
Итого за обед		705	19,0	21,8	105,4	662,3	
Уплотненн ый полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	50	0,4	0,1	0,8	5	71
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11,5	10,6	17,8	203,3	346
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0	0	4,9	20,9	264
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за уплотненный полдник		490	13,5	11,1	44,7	306,9	
Ужин	кондитерские изделия	50	0,8	1,2	42,3	177	
	кисломолочный продукт	200	4,8	5	9	99	420
Итого за ужин		250	5,6	6,2	51,3	276	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			48,75	53,92	258,1	1658,7	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

автрак и 2-ой завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Всего	
орма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					