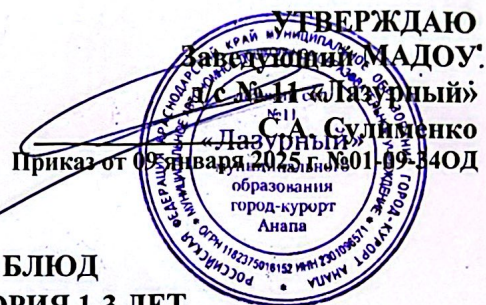




**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ
20.08.2025**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	11,3	88,9	416
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		355	7,3	11,5	34,5	284,3	
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	40	0,6	1,8	4,8	36,3	41
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		610	12,5	14,5	78,3	486,0	
Уплотнен ный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	7,5	6,2	12,3	134	346
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0	0	4,4	18,7	264
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		430	9,0	6,5	33,2	215,0	
Ужин	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	0,5	0,7	25,4	106,2	
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420
Итого за ужин		210	4,8	5,2	33,5	195,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			34,05	38,12	190,0	1253,2	

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

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	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 %					