



**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ
21.08.2025**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,6	14,5	2,5	175,5	237
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,2	98,9	414
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	16,0	21,8	27,7	357,5	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	349
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,9	1,8	4,8	38,1	55
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	2,6	2,3	11,5	79,6	90
	МАКАРОНЫ С МЯСОМ	160	10,4	9,3	16,5	255,9	436
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,2	40,3	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		540	15,6	13,9	62,5	488,2	
Уплотненный полдник	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	150	10,5	8,4	18,3	185,5	244
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	130,9	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2	9,9	72,1	413
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		400	16,8	14,1	66,3	446,8	
Ужин	кондитерские изделия	20	1,1	1,9	29,7	131,6	441
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		200	4,9	5,4	37,5	215,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			53,75	55,62	204,5	1580,9	

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 %					