

Заведующий
Зинovieва Ю.А.



Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: 1,5-3 лет

01.07.2025

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет ическая плотность	Витамин С (мг)	№ по сборни ку
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 7								
Завтрак	Каша молочная манная	180	2,3	2,57	15,14	119,16	0,81	101
	Батон	30	2,31	0,3	12,9	71	0	
	Масло сливочное	8	0,05	5,8	0,1	52,8	0	
	Сыр	8	1,9	2,1	0	28,6	0,06	
	Чай с молоком	180	1,4	1,6	14,31	77	1,2	413
Итого:		406	7,96	12,37	42,45	348,56	2,07	
Второй завтрак	Свежие фрукты	110	0,4	0,4	9,8	44	10	
Итого:		110	0,4	0,4	9,8	44	10	
Обед	Овощи по сезону (помидор свежий)	40	1,4	1	2,18	32,51	10,11	
	Суп вермишелевый на курином бульоне	180	1,61	2	12,33	75,42	5,94	88
	Картофель отварной	100	1,9	2,8	15,3	94,8	14	336
	Биточки рубленые из птицы	60	5,8	4,98	4,2	69,08	0,4	323
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,3	12,9	71	0	
	Хлеб ржаной	30	1,66	0,36	10,02	52	0	
	Кисель	180	0	0	20,9	64	0	316
Итого:		620	14,68	11,44	77,83	458,81	30,45	
Полдник	Морковная запеканка со сметаной	100	6,1	6,8	11,5	164,5	0,71	238
	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	12	418
Итого:		250	6,85	6,8	26,65	228,5	12,71	
Ужин								
	Кисломолочный продукт(снежок)	150	3,75	4,5	6	76,5	1,06	
	Булочка	90	6,5	7,3	49,03	289,8	0	450
ого за день:		240	10,25	11,8	55,03	366,3	1,06	
Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)		1626	40,14	42,81	211,76	1446,17	56,29	

СанПиН 2.3.2.4.3590-20 Приложение №9, 10

для 2-ой завтрак

норма		Обед		Полдник		Ужин		Всего	
350-450	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт
Суммарн	516	450-550	620	200-250	250	400-500	240	1400-1750	1626

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С (мг)
норма (г)	42	47	203	1400	50
факт (г)	40,14	42,81	211,76	1446,17	56,29
фактически в %	95,57	91,09	104,32	103,30	112,58