

Заведующий
Зиновьева Ю.К.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1,5-3 лет

02.07.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С (мг)	№ по сборнику
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя								
Завтрак	Суп молочный Гречневый	180	5,37	4,93	15,37	140,57	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	
	Кофейный напиток со сгущенкой	180	2,56	2,41	14,36	86	1,17	414
	Итого:	398	10,29	13,44	42,73	350,37	1,98	
Второй завтрак								
	Свежие фрукты	100	0,36	0,36	8,82	39,6	9	
Итого:		100	0,36	0,36	8,82	39,6	9	
Обед	Капуста тушенная	80	2,06	3,23	9,42	75,1	1,7	336
	Суп рыбный	180	4,03	2	12,17	86,07	8,08	95
	Котлета рыбная	80	9,51	8,09	11,95	156,08	3,02	272
	Пюре картофельное	100	2,05	7,1	13,62	113,6	12,08	339
	Соус сметанный	20	0,28	0,99	1,67	14,82	0,007	372
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,3	12,9	71	0	
	Хлеб ржаной	30	1,66	0,36	10,02	52	0	
	Компот из сухофруктов	180	0,25	0,01	24,99	81	0,36	394
	Итого:	700	22,15	22,08	96,74	649,67	25,247	
Полдник	Суфле из печени	70	10,49	9,09	11,89	172,42	0,17	251
	Макароны с маслом	40	2,5	2,3	14,6	91,9	0	218
	Чай с лимоном (сахаром)	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83	412
	Хлеб ржаной	20	1,66	0,36	10,02	52	0	
	Итого:	310	14,77	11,77	46,71	357,32	3	
Ужин	Кондитерские изделия(печенье)	20	1,2	3,2	14,8	84,6	0	пром
	Кисломолочный продукт (кефир)	150	3,75	4,5	6	76,5	1,06	
	Итого:	170	4,95	7,7	20,8	161,1	1,06	
Итого за день:								
Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)		1678	52,52	55,35	215,8	1558,06	40,287	

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение №9, 10

1-й и 2-ой завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт
350-450	498	450-550	700	200-250	310	400-500	170	1400-1750	1678

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С (мг)
норма (г)	42	47	203	1400	50
факт (г)	52,52	55,35	215,8	1558,06	40,287
фактически в %	125,05	117,77	106,31	111,29	80,57