

Заведующий  
Зиновьева Ю.



**Менюготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 1,5-3 лет**

**26.08.2025**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С (мг)	№ по сборнику
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Неделя 2 День 7</b>								
Завтрак	Каша молочная манная	180	2,3	2,57	15,14	119,16	0,81	101
	Батон	30	2,4	3,2	17,2	107,1	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
<b>Итого:</b>		<b>406</b>	<b>8,05</b>	<b>15,27</b>	<b>46,75</b>	<b>384,66</b>	<b>2,07</b>	
Второй завтрак	Свежий фрукт	110	0,4	0,4	9,8	44	10	
<b>Итого:</b>		<b>110</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>10</b>	
Обед	Овощи по сезону (свежий помидор)	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
<b>Итого:</b>		<b>620</b>	<b>14,68</b>	<b>11,44</b>	<b>77,83</b>	<b>458,81</b>	<b>30,45</b>	
Полдник	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
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>10,25</b>	<b>11,8</b>	<b>55,03</b>	<b>366,3</b>	<b>1,06</b>	
Ужин	Морковная запеканка со сметаной	100	6,1	6,8	11,5	164,5	0,71	238
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>64</b>	<b>12</b>	<b>418</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>250</b>	<b>6,85</b>	<b>6,8</b>	<b>26,65</b>	<b>228,5</b>	<b>12,71</b>	
<b>Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)</b>		<b>1626</b>	<b>40,23</b>	<b>45,71</b>	<b>216,06</b>	<b>1482,27</b>	<b>56,29</b>	

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение №9, 10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт
350-450	516	450-550	620	200-250	240	400-500	250	1400-1750	1626
<b>Суммарно</b>									

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С (мг)
норма (г)	42	47	203	1400	50
факт (г)	40,23	45,71	216,06	1482,27	56,29
фактически в %	95,79	97,26	106,43	105,88	112,58