УТВЕРЖДАЮ:

\_\_\_\_Н.А.Лапшина

30.04.2025



**МЕНЮ для детей от 1,5-3**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | | **Масса порции (г)** | **Пищевые вещества (г )** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
|  | **ЗАВТРАК 8,30** | | | | | | |
| 69 | Каша из овсяных хлопьев | 150 | | 4,995 | 8,25 | 16,98 | 162,33 |
|  | Батон | 40 | | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
|  | Сыр | 10 | | 2,2 | 2,9 | 0,0 | 35,3 |
| 194 | Чай с лимоном и сахаром | 150 | | 0,075 | 0 | 10,35 | 40,5 |
|  | **Суммарный объем завтрака** | **350** | | **10,27** | **12,35** | **47,93** | **342,93** |
|  | **ЗАВТРАК 10,00** | | | | | | |
| 1 | Яблоко | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
|  |  | **100** | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47** |
|  |  |  | |  |  |  |  |
|  | **ОБЕД 12.30** | | | | | | |
| **41** | Борщ на мясном бульоне со сметаной | 150 | | 2,31 | 1,305 | 4,065 | 48,735 |
| 317 | Макаронные изделия | 110 | | 4 | 6,5 | 25,6 | 177,2 |
| 101 | Котлета мясная | 60 | | 8,826 | 3,546 | 3,264 | 75,03 |
| 348 | Соус томатный | 15 | | 0,2 | 0,8 | 1 | 11,3 |
| 127 | Компот из свежемороженых ягод + С витаминизация | 150 | | 0,15 | 0,06 | 13,065 | 52,08 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | | 2,13 | 0,33 | 13,92 | 68,7 |
|  | **Суммарный объем обеда** | **545** | | **20,216** | **12,941** | **79,941** | **514,645** |
|  | **ПОЛДНИК 15,30** | | | | | | |
| 258 | Плюшка новомосковская | 50 | | 3,9 | 2,9 | 25,575 | 145,75 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 |
|  | **Суммарный объем полдника** | **200** | | **4,23** | **2,915** | **46,395** | **230,5** |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | | **37,25** | **28,936** | **195,959** | **1203,775** |
|  |  |  | | **0,8** | **0,6** | **4,0** |  |