

УТВЕРЖДАЮ:

О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на

24.06.2026

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 3-6 лет	белки 3-6лет	жиры 3-6 лет	углеводы 3-6лет	энергетическая ценность 3-6 л	№ рецеп туры
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6	5,3	30,7	198	8
	Кофейный напиток с молоком	200	6	5,8	26,8	178	14
	Батон с маслом	35/7	2,67	6,12	17,94	137,34	
Итого	компот из сухофруктов	442	14,67	17,22	75,44	513,34	
10ч		200	0,9	0,2	8,1	43	69
Итого		200	0,9	0,2	8,1	43	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,4	5,9	1,4	60	3
	Суп картофельный с крупой (геркулес)	200	5,4	8,8	32,6	234	31
	Котлеты(биточки) куриные	70	12,31	12,92	8,32	184,16	63
	Каша перловая с овощами	130	4,22	3,83	27,95	173,5	41/3
	Напиток из шиповника	200	0,4	0,2	33,4	130	23
	хлеб пшенич	35	2,8	0,35	18,2	84	76
	хле ржаной	35	2,8	0,35	16,45	80,5	74
Итого		730	28,33	32,35	138,32	946,16	
	Омлет паровой	105	8,19	11	1,47	137,5	13
	Чай с молоком	200	2,8	2,8	22,4	122	17
Итого		305	10,99	13,8	23,87	259,5	
Итог за день		1677	54,89	63,57	245,73	1762	