

День: понедельник 31.08.2026

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 2 до 7 лет

| Прием пищи                                  | Наименование блюда                 | Вес блюда     | Пищевые вещества на порцию |            |             | Энергетическая ценность | № рецептуры     |
|---------------------------------------------|------------------------------------|---------------|----------------------------|------------|-------------|-------------------------|-----------------|
|                                             |                                    |               | Белки                      | Жиры       | Углеводы    |                         |                 |
| Вода питьевая детская (на весь день), 300мл |                                    |               |                            |            |             |                         |                 |
| Завтрак                                     | Каша из смеси круп молочная жидкая | 150/4-200/5   | 6,1-8,1                    | 7,3-9,7    | 21,7-28,9   | 178-237                 | Разд4.4 с6.2010 |
|                                             | Бутерброд с маслом                 | 25/4-30/5     | 1,98-2,4                   | 3,64-4,4   | 12,01-14,5  | 90-109                  | 1               |
|                                             | Чай с молоком сахаром              | 180-200       | 1,26-1,4                   | 1,44-1,6   | 14,22-15,8  | 72-80                   | 195             |
|                                             |                                    |               |                            |            |             |                         |                 |
|                                             |                                    |               |                            |            |             |                         |                 |
| Итого за завтрак                            |                                    | 363-440       | 9,34-11,9                  | 12,38-15,7 | 47,93-59,2  | 340-426                 |                 |
| Второй завтрак                              | Сок фруктовый для детского питания | 150           | 0,75                       | 0          | 19,05       | 79,02                   | пр              |
| Итого за второй завтрак                     |                                    | 150           | 0,75                       | 0          | 19,05       | 79,02                   |                 |
| Обед                                        | Салат из свежей моркови            | 40-60         | 0,4- 0,6                   | 1,8-2,7    | 5,8-8,7     | 40-60                   | 10              |
|                                             | Суп картофельный с клёцками        | 150-200       | 1,3-1,7                    | 1,7-2,3    | 8,6-11,5    | 56-74                   | 38              |
|                                             | Котлета рубленая                   | 60-70         | 12,1-14,14                 | 14,9-17,37 | 7,69-8,98   | 214,5-249,9             | 205             |
|                                             | Картофель отварной в молоке        | 150-200       | 3,7-4,9                    | 4,2-5,6    | 12,9-17,2   | 105-140                 | 205             |
|                                             | Хлеб                               | 40-60         | 3,16-4,74                  | 0,4-0,6    | 19,32-28,98 | 95,2-142,8              | пр              |
|                                             | Компот из кураги                   | 180-200       | 0,8-1,0                    | 0,04-0,05  | 18,5-22,6   | 75-91                   | 58              |
| Итого за обед                               |                                    | 620 -790      | 21,46-26,98                | 23,0-28,62 | 72,81-97,96 | 586-758                 |                 |
| Полдник                                     | Биточки манные с вареньем          | 100/10-150/15 | 3,7-5,6                    | 3,7-5,6    | 26,4-39,6   | 154-230                 | 240             |
|                                             | Молоко кипячённое                  | 180-200       | 5,22-5,8                   | 5,85-6,5   | 8,1-9,0     | 104-116                 | 193             |
|                                             | Кондитерские изделия, вафли        | 15-20         | 0,48-0,64                  | 0,42-0,56  | 12,01-16,01 | 51-68                   | пр              |
|                                             |                                    |               |                            |            |             |                         |                 |
| Итого за полдник                            |                                    | 305-385       | 9,4-12,04                  | 9,97-12,66 | 46,51-64,6  | 309-414                 |                 |
| Итого за день                               |                                    | 1438-1765     | 40,95-51,67                | 45,3-56,98 | 186,3-240,8 | 1314-1677               |                 |