

Основное двухнедельное меню для организации питания детей при трёх разовом питании на летний период 2025 года

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд						энергоценность		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)	
				белки		жиры		углеводы					
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
Пособие Новосибирск с.117	Макароны отварные с сыром	120	150	6,300	7,900	5,400	6,800	22,900	28,600	166,200	207,700		
Пособие Новосибирск с.158	Отварное яйцо	40	40	4,800	4,800	4,000	4,000	0,300	0,300	56,600	56,600		
Коровка Л.С., Т.К. № 1.26	Икра кабачковая (промышленного производства)	45	60	0,540	0,720	2,120	2,830	3,470	4,630	35,100	46,800		
Пособие Новосибирск с.282	Чай с сахаром	150	200	0,200	0,200	0,000	0,000	4,900	6,500	20,100	26,800		
Могильный, с.28	Бутерброд с маслом сливочным	30/6	40/8	1,620	1,750	3,600	4,800	12,000	16,000	107,900	119,220		
Могильный, с.126	Банан	100	150	2,400	2,550	0,800	0,850	33,600	35,700	55,000	82,500		
Итог				15,860	17,920	15,920	19,280	77,170	91,730	440,900	539,620	35%	29%
Обед													
А.И.Здобнов, с.218	Суп крестьянский	180	250	1,800	2,400	2,380	3,170	9,880	19,760	79,870	106,500		
А.И. Здобнов, с.31	Салат из квашенной капусты	60	60	0,950	0,950	2,990	2,990	4,600	4,600	49,920	49,920		
Могильный, с.276	Жаркое по домашнему	180	230	14,890	19,020	13,480	17,230	15,700	20,500	252,450	322,600		
Могильный, с.228	Кисель	150	100	0,200	0,200	0,200	0,200	11,600	11,600	48,000	48,000		
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250		
Итог				19,280	24,370	19,410	24,040	54,260	72,060	489,640	601,270	39%	32%
Полдник													
Пособие Новосибирск с.85	Каша вязкая молочная пшениная	120	150	5,000	6,000	6,100	7,700	22,600	28,200	164,900	206,200		
Могильный, с.648	Печенье	12	20	0,700	1,170	1,990	3,320	8,170	13,620	56,040	93,400		
Могильный, с.628	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000		
Итог				8,070	10,200	10,090	13,670	42,730	57,520	304,790	417,600	24%	22%
Всего				43,210	52,490	45,420	56,990	174,160	221,310	1 235,330	1 558,490	97%	83%
Норма за день по энергоценности				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%	100%



Т.А. Лукина