

для детей от 3 до 7 лет

12.05

ООО "Хороший продукт"
Д.М. Степаненко
12.05.2025 (понедельник)

Итого за день

Согласовано

Меню для детей от 3 до 7 лет



Утверждаю директор
 ООО "Хороший продукт"
 Д.М. Степаненко
 13.05.2025 (вторник)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
94	Бутерброд с маслом на батоне	40	2,3	9,15	15,26	173,4
257-2	Каша молочная пшеничная с маслом.	150	5,83	6,73	31,18	210,47
685	Чай с лимоном и сахаром.	180	0,12	0,03	9,06	34,77
Итого за Завтрак			8,25	15,91	55,5	418,64
Завтрак 2-й						
351,03	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	90
Итого за Завтрак 2-й			0,4	0,4	9,8	90
Обед						
20	Салат из свежих помидоров и огурцов 50	50	0,45	7,05	1,83	72,73
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 180	180	1,34	3,88	7,57	70,88
886,12	Суфле рыбное "Витаминка"	70	6,99	5,13	6,81	99,73
101	Картофельное пюре** 130	130	2,77	3,86	18,64	123,25
651	Напиток из сухофруктов 180	180	0,31		15,23	61,97
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62
Итого за Обед			15,69	20,42	74,78	550,06
Полдник						
645	Йогурт питьевой*	180	9	5,76	7,38	153
419	Печенье (весовое) *	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за Полдник			12,8	6,16	31,68	272
Итого за день			37,14	42,89	171,76	1 330,7

я детей от 3 до 7 лет

«Хорошо»

14.05.2025 (среда)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
3,29	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	45	4,88	7,71	15,22	151,2
161	Суп молочный с рисом..	150	4,56	5,8	19,6	148,33
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
Итого за Завтрак			9,54	13,54	43,82	333,64
Завтрак 2-й						
187,04	Сок фруктовый	100	0,5		9,1	38
Итого за Завтрак 2-й			0,5		9,1	38
Обед						
54-5	Винегрет овощной с зеленым горошком 50	50	0,96	5,08	4,41	67,34
168	Суп-пюре из разных овощей с гренками 180	180	2,38	2,96	11,86	84,21
422	Тефтели из говядины и свинины 70	70	8,44	13,36	8,7	190,21
273	Макаронные изделия отварные	130	4,3	3,94	27,91	165,82
519	Напиток из шиповника.	180	0,61		12,85	53,91
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62
Итого за Обед			20,52	25,84	90,43	682,99
Полдник						
366	Запеканка творожная с фруктовым повидлом 60/20	80	9,63	6,35	22,46	183,15
630	Чай с сахаром и молоком	180	0,94	0,99	10,41	51,51
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
Итого за Полдник			12,47	7,54	45,02	294,16
Итого за день			43,03	46,92	188,37	1 348,79

Меню для детей от 3 до 7 лет

Утверждаю директор
ООО "Хороший продукт"
_____ Д.М. Степаненко
15.05.2025 (четверг)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
94	Бутерброд с маслом на батоне	40	2,3	9,15	15,26	173,4
257-2	Каша молочная геркулесовая с маслом 150	150	5,1	7,32	20,84	169,46
693	Какао с молоком 180	180	3,49	3,58	14,33	101,51
Итого за Завтрак			10,89	20,05	50,43	444,37
Завтрак 2-й						
351,03	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	90
Итого за Завтрак 2-й			0,4	0,4	9,8	90
Обед						
18,57	Салат из моркови с яблоками 50	50	0,36	7,09	6,34	90,1
139	Суп картофельный с макаронными изделиями 180	180	1,89	1,72	13,5	78,36
489	Рагу из филе индейки 205(о.ч)	205	11,91	13,05	20,94	239,72
651	Напиток из кураги 180	180	0,42		16,61	65,89
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62
Итого за Обед			18,41	22,36	82,09	595,57
Полдник						
274	Макароны с сыром 80	80	8,53	8,48	26,32	218,25
685	Чай с лимоном и сахаром.	180	0,12	0,03	9,06	34,77
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
Итого за Полдник			10,55	8,71	47,53	312,52
Итого за день			40,25	51,52	189,85	1 442,46



«Хороший продукт»

16.05.2025 (пятница)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
3,29	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	45	4,88	7,71	15,22	151,2
257,81	Каша молочная "Дружба" (рис, пшено) с маслом 150	150	3,7	6,09	31,48	191,66
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
Итого за Завтрак			8,68	13,83	55,7	376,97
Завтрак 2-й						
187,05	Сок фруктовый .	100	0,5		9,1	38
Итого за Завтрак 2-й			0,5		9,1	38
Обед						
019	Салат картофельный с зеленым горошком 50	50	1,06	8,15	6,22	103,52
129	Рассольник ленинградский со сметаной (о. ч)	180	1,58	4	10,44	86,09
054	Биточек "Диетический" из говядины и филе кури 70	70	11,26	2,97	1,53	77,21
302	Каша гречневая вязкая 130	130	3,69	6,59	17,54	146,03
65	Напиток "Здоровье" с ягодами	180	0,11	0,08	11,28	44,81
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62
Итого за Обед			21,53	22,29	71,71	579,16
Полдник						
644	Молоко кипяченое*	150	4,2	4,8	7,05	87
695	Ватрушка с повидлом	75	4,61	3,18	48,95	240,73
Итого за Полдник			8,81	7,98	56	327,73
Итого за день			39,52	44,1	192,51	1 321,86