

Меню на 23.05.2025 г.
Пятница

Утверждаю
Заведующий _____ Л.А. Бухарева

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С, мг.			
		1,5-3 лет	3-7 лет	Б		Ж		У		1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет		
День 1				1,5 лет	-3 лет	1,5 лет	-3 лет	3-7 лет	1,5 лет	-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша манная молочная	180	250	9,05	12,58	13,14	18,25	42,62	59,20	324,11	450,15	2,088	2,9		
	Бутерброды с маслом и (2-й вариант)	25	35	1,16	1,63	7,81	10,94	6,35	8,89	100,50	140,70	0	0		
	Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,15	0,20	0,00	0,00	11,27	15,02	44,07	58,76	0,075	0,1		
2 й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	100	0,30	0,30	0,10	0,10	15,20	15,20	68,00	68,00	4	4		
Обед	Салат из капусты	45	60	4,47	5,96	4,74	6,32	11,33	15,11	103,76	138,35	1,26	1,68		
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	250	5,99	8,32	7,11	9,88	7,16	9,95	116,96	162,45	19,764	27,45		
	Сложный гарнир рис	150	180	8,77	10,53	6,43	7,72	39,51	47,41	250,72	300,87	0	0		
	Котлета рыбная	70	80	12,96	14,81	6,65	7,60	2,24	2,56	120,73	137,98	0,819	0,936		
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	0,08	0,10	0,00	0,00	14,55	19,40	55,35	73,80	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	50	3,04	3,80	0,32	0,40	19,68	24,60	94,00	117,50	0	0		
	Хлеб ржаной	40	50	1,06	1,32	0,19	0,24	5,34	6,68	27,84	34,80	0	0		
	Выпечка	70	80	6,31	7,22	3,71	4,24	38,65	44,18	213,05	243,48	0,266	0,304		
Полдник	Йогурт сладки 2,5%	150	200	0,15	0,20	0,00	0,00	11,27	15,02	44,07	58,76	0,075	0,1		
	Апельсин свежий	100	100	0,90	0,90	0,20	0,20	8,10	8,10	43,00	43,00	60	60		
Итого за день		1415	1755	46,77	57	40,21	51,03	194,12	238,12	1330,13	1642,21	85,918	94,166		