

Меню на 29.05.2025 г.
Четверг

Утверждаю
Заведующий _____ Л.А. Бухарева

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С, мг.	
				Б		Ж		У					
День 4		1,5-3 лет	3-7 лет	1,5 -3 лет	3-7 лет	1,5 -3 лет	3-7 лет	1,5 -3 лет	3-7 лет	1,5 -3 лет	3-7 лет	1,5 -3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» молочная	180	200	7,96	8,84	11,16	12,40	29,29	32,54	249,73	277,48	0,594	0,66
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	45	4,92	6,33	7,89	10,15	7,45	9,58	121,76	156,55	0,105	0,135
	Чай с сахаром (1-й вариант)	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	Икра кабачковая (промышленного производства)	25	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0
	Рассольник на мясном бульоне	200	250	6,30	7,88	9,16	11,45	11,00	13,75	152,08	190,10	14,58	18,225
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	180	3,06	3,67	4,38	5,26	17,46	20,95	122,04	146,45	43,86	52,632
	Котлеты, биточки	70	80	14,83	16,95	9,61	10,98	12,78	14,60	195,62	223,56	0,098	0,112
	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
Полдник	Суп молочный с крупой	200	250	5,06	6,32	5,84	7,30	17,10	21,38	141,34	176,67	0,84	1,05
	Хлеб пшеничный	40	50	3,04	3,80	0,32	0,40	19,68	24,60	94,00	117,50	0	0
	Чай с лимоном (1-й вариант)	150	200	0,19	0,26	0,00	0,00	11,42	15,22	45,87	61,16	2,175	2,9
	Банан	100	100	1,50	1,50	0,50	0,50	21,00	21,00	96,00	96,00	10	10
Итого за день		1630	1985	51,49	61,27	49,47	59,18	213,22	254,52	1507,7	1798,33	76,327	89,814