

Меню на 30.05.2025 г.  
Пятница

Утверждаю  
Заведующий \_\_\_\_\_ Л.А. Бухарева

| Прием пищи           | Наименование блюда                           | Выход блюда |             | Пищевые вещества, г |              |              |              |               |               | Энергетическая ценность (ккал) |                | Витамин С, мг. |               |
|----------------------|----------------------------------------------|-------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|---------------|
|                      |                                              |             |             | Б                   |              | Ж            |              | У             |               |                                |                |                |               |
| День 5               |                                              | 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 молочная «Дружба»                       | 180         | 250         | 4,95                | 6,88         | 8,93         | 12,40        | 25,52         | 35,45         | 201,89                         | 280,40         | 0,558          | 0,775         |
|                      | Бутерброды с маслом и 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         |
|                      | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)     | 150         | 200         | 2,44                | 3,26         | 2,44         | 3,26         | 11,48         | 15,30         | 76,41                          | 101,88         | 0,45           | 0,6           |
| 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 белокочанной капусты с морковью     | 40          | 60          | 0,66                | 0,98         | 4,03         | 6,05         | 3,85          | 5,78          | 54,35                          | 81,52          | 15,32          | 22,98         |
|                      | Суп картофельный с мясными фрикадельками     | 180         | 250         | 9,43                | 13,10        | 7,92         | 11,00        | 12,10         | 16,80         | 157,41                         | 218,62         | 15,192         | 21,1          |
|                      | Котлеты, биточки, шницели                    | 70          | 80          | 14,83               | 16,95        | 9,61         | 10,98        | 12,78         | 14,60         | 195,62                         | 223,56         | 0,098          | 0,112         |
|                      | Вермишель с маслом                           | 150         | 180         | 5,38                | 6,46         | 4,71         | 5,65         | 44,64         | 53,57         | 244,18                         | 293,02         | 0              | 0             |
|                      | Пюре из гороха с маслом                      | 150         | 150         | 15,04               | 15,04        | 3,72         | 3,72         | 36,29         | 36,29         | 238,75                         | 238,75         | 0              | 0             |
|                      | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 150         | 200         | 0,00                | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 7,48          | 9,98          | 28,43                          | 37,90          | 0              | 0             |
| Полдник              | Булочка "Алтайская"                          | 70          | 80          | 6,31                | 7,22         | 3,71         | 4,24         | 38,65         | 44,18         | 213,05                         | 243,48         | 0,266          | 0,304         |
|                      | Йогурт, кисломолочный продукт                | 150         | 200         | 7,50                | 10,00        | 4,80         | 6,40         | 5,25          | 7,00          | 102,00                         | 136,00         | 0,9            | 1,2           |
| <b>Итого за день</b> |                                              | <b>1425</b> | <b>1795</b> | <b>71,76</b>        | <b>86,52</b> | <b>57,86</b> | <b>73,95</b> | <b>220,69</b> | <b>263,73</b> | <b>1701,85</b>                 | <b>2079,68</b> | <b>36,889</b>  | <b>51,206</b> |