



Меню на «10» июнь 2025 г.

День 2 Вторник	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая цен- ность {ккал}	Вита- мин С, мг
		1,5-3 лет	3-8 лет	1,5-3 лет			3-8 лет				
				Белки	Жиры	Угле- воды	Белки	Жиры	Угле- воды		
Завтрак Каша пшеничная на молоке с маслом		150	190	5,58	6,14	22,54	7,07	7,77	28,56	167,27	212,63
Бутерброды с сыром, помидором		28	30	0,38	0,28	12,80	0,41	0,30	13,72	36,04	60,04
Каша пшеничная с маслом		150	180	5,58	3,59	12,55	3,94	4,30	15,07	80,01	96,01
2 завтрак Творог или творог (творожок)		100	100	0,40	0,40	9,80	0,40	0,40	9,80	47	47
Обед Суп куриный с овощами		30	50	0,86	2,47	3,31	1,43	4,12	5,51	38,83	64,41
Суп из свеклы с картофелем		180	180	4,33	6,44	11,65	7,33	6,44	11,65	131,4	131,4
Мясные котлеты в соусе сметанном		50	70	5,72	7,18	0,74	8,01	10,06	9,44	114,8	160,72
Картофель и овощи тушеные		110	130	2,92	1,72	31,99	3,45	2,03	37,80	45,9	54,28
Компот из св. ягод (яблоки)		150	180	0,26	0,26	13,83	0,31	0,31	16,65	54,1	70,92
Хлеб пшеничный		18	28	4,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
Хлеб рж. пшеничный		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник Запеканка мясная с овощами		40	70	1,20	2,21	11,15	2,10	3,87	19,47	92	161
Пюре из картофеля		160	180	6,56	2,40	9,44	7,38	2,70	10,62	91,2	102,6
Ужин Рис с овощами		120	150	1,80	2,40	18,56	2,70	3,60	27,84	123,06	184,59
Овощи, припущенные с маслом		50	60	0,80	1,16	5,20	0,95	1,38	6,23	44,88	53,86
Соки овощные, фрукты и ягоды		180	190	0,74	0,10	10,58	0,78	0,55	10,10	101	81
Хлеб пшеничный		18	28	4,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
Хлеб рж. пшеничный		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18

Шеф-повар Н.А. Амосова