

Меню на «23» мая 2025 г.

День 10 пятница	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 тигр манот из риса (с маслом и сахаром)		150	195	1,50	1,80	51,52	1,95	2,34	66,98	139,8	181,74
Бутерброды с докторской колбасой		28	30	0,38	0,28	12,80	0,41	0,30	13,72	56,04	60,04
Кофейный напиток с молоком		150	180	3,28	3,59	12,55	3,94	4,30	15,07	80,01	96,01
2 завтрак											
Соки овощные, фруктовые, ягодные		100	100	0,41	0,08	13,10	0,41	0,08	13,10	70	70
Обед Салат картофель с соев. огур, зап. гор		30	50	0,52	1,85	2,77	0,88	3,09	4,62	28,85	49,75
Суп Шахтерский		150	180	4,50	4,35	18,87	5,40	5,22	22,64	156,85	188,23
Шницель рыбный натуральн (соус)		60	70	6,57	3,45	5,28	4,66	4,03	6,17	78,17	91,2
Картофель тушеный		110	130	2,24	1,49	7,18	2,65	1,76	8,49	52,38	61,91
Компот из св. ябло (ябл, айва, груш)		150	180	0,26	0,26	13,88	0,31	0,31	16,65	59,1	70,92
Хлеб пшеничный		18	28	1,42	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 Варенье		25	40	0,55	0,70	2,77	0,88	1,12	4,44	95,53	152,84
Молоко кипяченое		180	190	5,22	4,50	8,64	5,51	4,75	9,12	96,3	101,65
Ужин Макароны отв. в соусе		120	130	4,55	4,65	2,52	5,38	5,50	25,43	146,26	172,85
Чай с лимоном		180	180	0,41	0,00	8,23	0,41	0,00	8,23	72	72
Хлеб пшеничный		18	28	1,42	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 О.А. - Н.А. Амосова