



Меню на «28» июле 2025 г.

День 6	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность {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											
	Каши риса, манной, пшеницы	150	150	1,50	3,00	54,90	1,95	3,90	67,44	134,78	253,24
	Буженина с маком	23	25	1,44	3,36	9,54	1,57	3,65	10,36	74,24	80,7
	Сыр с соевым	150	180	9,09	9,00	6,66	9,11	9,00	7,99	26,1	34,32
2 завтрак											
	Сыр овощ.	100	100	9,41	9,08	13,10	9,41	9,08	13,10	70	70
Обед											
	Суп из овощей	180	200	13,16	12,29	22,19	14,62	13,66	24,66	215,86	240,96
	Винегреты из овощей или крошки	110	150	8,66	9,75	13,04	14,80	13,09	18,02	142,11	153,79
	Винегреты из смеси овощей	150	180	9,04	9,00	9,87	9,05	9,00	11,84	37,6	45,13
	Хлеб пшеничный	18	28	1,42	0,18	0,38	2,41	0,28	0,59	41,08	65,46
	Хлеб рж. пшеничный	19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник	Легкое	30	55	0,60	3,00	34,47	1,10	5,50	57,70	147	269,5
	Кисель из ягод, ягод, концентрат	160	200	9,00	9,00	21,91	9,00	9,00	3,64	14,84	14,84
Ужин											
	Суп манной с кр. чечевицей	150	200	3,07	6,17	38,18	3,69	7,40	45,81	155,71	234,85
	Каша из свеклы, моркови	180	200	9,31	9,31	16,65	9,34	18,50	70,92	90,32	78,8
	Хлеб пшеничный	18	28	1,42	0,18	0,38	2,41	0,28	0,59	41,08	65,46

Шеф-повар А.А. Н.А. Амосова