



Меню на «29» мая 2025 г.

День 4 май	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 жид молоч манн с мас лом или сахаром или варенье		150	195	3,00	3,00	50,29	3,90	3,90	65,38	180,25	234,33
Булочка с маслом (сливочн)		23	25	1,44	3,36	9,54	1,57	3,65	10,36	74,24	80,7
Чай с молоком или сливками		180	180	2,83	2,88	11,47	2,83	2,88	11,47	83,36	83,36
2 завтрак Ягоды и ягоды свеж (ягоды)		100	100	1,50	0,50	21,00	1,50	0,50	21,00	96	96
Обед Салат из свеклы с зелен. горош		30	50	0,49	1,24	2,19	0,82	2,06	3,64	21,84	36,45
Гарни с капустой и картофелем		180/5	180	1,80	3,60	38,59	1,80	3,60	38,59	243	243
Тушен. из отварн. говядины		60	70	7,21	7,55	1,91	8,41	8,81	2,23	104,61	122,05
Каша рассыпчат. перловая		110	130	2,20	1,17	31,56	2,60	1,38	37,30	104,33	123,3
Кисель из творог.-ягодн. компот		160	200	0,00	0,00	2,91	0,00	0,00	3,64	11,87	14,84
Хлеб пшеничный		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,58	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 Булочка домашняя		50	60	3,86	5,28	28,38	4,63	6,34	34,05	178,18	213,81
Кефир, ацидофилин, простокваш		160	190	4,64	4,00	6,72	5,51	4,75	7,98	70,4	83,6
Ужин Суп молочный с крупой (рисов)		150	200	2,30	12,55	15,77	6,43	15,07	18,92	128,57	274,23
Чай с сахаром		180	200	0,11	0,00	7,98	0,12	0,00	8,88	31,32	34,8
Хлеб пшеничный		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,58	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 СВ Н.А. Амосова