



Меню на « 3 » июнь 2025 г.

День	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		
Вторник	Завтрак Запеканка из творога (мол. сл.)	140	190	14,85	14,59	12,80	20,16	19,80	17,37	210,78	286,06
	Бутерброды с сыром	28	30	0,38	0,28	12,80	0,41	0,30	13,72	56,04	60,04
	Корейн. салат с яблоком	150	180	3,29	3,59	12,55	3,94	4,30	15,07	80,01	96,01
	2 завтрак Творог или творог св (25г)	100	100	0,40	0,40	9,80	0,40	0,40	9,80	47	47
	Обед Салат из свежих овощей	30	50	0,42	1,80	2,48	0,70	3,01	4,13	27,84	16,4
	Суп картофель с макар. и фарш.	150	180	1,58	7,71	16,77	10,30	9,25	20,12	100,01	180,07
	Котлеты, картофель, морковь, лук	60	70	6,80	7,19	4,50	7,24	8,39	5,30	108,73	126,85
	Рис и овощи	120	130	2,41	4,64	25,02	2,61	5,06	24,11	156	168
	Компот из свежих фруктов (яб., айва)	150	180	0,26	0,26	13,88	0,31	0,31	16,68	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 Творожки с сахаром и сметаной	30	60	0,50	1,12	43,87	0,60	1,34	52,64	100	180
	Напиток "Смесь" 2,5% жир.	160	190	1,60	4,00	6,72	1,90	4,75	7,98	113,6	134,9
	Ужин Омлет картофельный	150	170	8,55	14,64	5,88	9,69	16,59	6,66	143,65	162,81
	Чай с яблоком или смесью	180	180	2,83	2,88	11,47	2,83	2,88	11,47	83,36	83,36
	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 С.А. Н.А. Амосова