



Меню на «5» июня 2025 г.

День 9 <i>книжки</i>	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 <i>Каша овсяная на молоке</i>		150	170	8,55	14,64	5,88	9,69	16,59	6,66	143,65	162,81
<i>Вутерброд с сыром</i>		20	33	2,14	2,00	2,23	3,52	3,30	13,58	36	59,4
<i>Какао с молоком</i>		160	200	3,20	4,69	19,49	4,00	5,86	24,36	76,8	96
2 завтрак <i>Сыр</i>		100	100	1,50	0,50	21,00	1,50	0,50	21,00	96	96
Обед <i>Салат с курицей и луком</i>		30	50	0,03	1,83	1,03	0,54	3,05	1,42	21,84	36,4
<i>Борщ с красной капустой со сметаной</i>		180	180	3,60	5,40	37,15	3,60	5,40	37,15	270	270
<i>Картофельное пюре</i>		130	150	6,01	7,72	25,71	6,93	8,91	29,64	199,04	228,7
<i>Кисель из черн. смород. концентрат</i>		160	200	0,00	0,00	2,91	0,00	0,00	3,64	11,87	14,84
<i>Хлеб пшеничный</i>		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
<i>Хлеб рж. пшеничный</i>		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник <i>Булочка домашняя</i>		50	60	3,08	5,22	33,93	3,70	6,26	40,42	105,58	126,7
<i>Чай с лимоном</i>		180	200	0,41	0,00	8,23	0,46	0,00	9,14	72	80
Ужин <i>Сырники из творога с медом</i>		130	150	23,10	18,66	13,34	26,66	21,53	15,39	313,64	361,89
<i>Чай с сахаром</i>		150	180	0,09	0,00	6,66	0,11	0,00	7,99	26,1	31,32
<i>Хлеб пшеничный</i>		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
<i>Хлеб рж. пшеничный</i>		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18

Шеф-повар Еф Н.А. Амосова