

Меню на « 9 » июня 2025 г.

| День        | 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 |                                |                |
| понеделенье | <b>Завтрак</b> Суп молоч. с мак. цв.      | 140             | 175     | 2,46                | 10,44 | 16,86     | 6,83    | 13,06 | 21,07     | 124,1                          | 230,12         |
|             | Тутерброд с маслом сливоч.                | 23              | 25      | 1,44                | 3,36  | 9,54      | 1,57    | 3,65  | 10,36     | 44,24                          | 80,7           |
|             | Какао с молоком                           | 160             | 200     | 3,20                | 4,68  | 10,49     | 4,00    | 5,86  | 13,10     | 76,8                           | 96             |
|             |                                           |                 |         |                     |       |           |         |       |           |                                |                |
|             | <b>2 завтрак</b> Соки овощ. фрукт, ягоди. | 100             | 100     | 0,41                | 0,08  | 13,10     | 0,41    | 0,08  | 7,55      | 70                             | 70             |
|             |                                           |                 |         |                     |       |           |         |       |           |                                |                |
|             | <b>Обед</b> Салат картофель -             | 30              | 50      | 0,58                | 1,61  | 4,53      | 0,96    | 2,68  | 24,19     | 34,98                          | 58,3           |
|             | Суп картофель. с капустой                 | 180             | 180     | 8,86                | 7,49  | 24,19     | 8,86    | 7,49  | 1,86      | 145,8                          | 145,8          |
|             | Атмосфера или крош. ой варенье            | 60              | 70      | 6,00                | 10,52 | 1,58      | 7,00    | 12,28 | 20,02     | 78                             | 91             |
|             | Каша рассыпч. гречневая                   | 110             | 130     | 2,42                | 3,68  | 16,24     | 2,86    | 4,35  | 11,84     | 77                             | 91             |
|             | Компот из смеси сухофрукт.                | 150             | 180     | 0,04                | 0,00  | 9,87      | 0,05    | 0,00  | 0,59      | 37,6                           | 45,13          |
|             | Хлеб пшеничный                            | 18              | 28      | 1,42                | 0,18  | 0,38      | 2,21    | 0,28  | 0,52      | 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          |
|             | <b>Полдник</b> Легенда                    | 30              | 55      | 0,60                | 3,00  | 31,47     | 1,10    | 5,50  | 3,64      | 177                            | 269,5          |
|             | Кисель из т. яб. комп.                    | 160             | 200     | 0,00                | 0,00  | 2,91      | 0,00    | 0,00  | 2,89      | 11,87                          | 14,84          |
|             | <b>Ужин</b> Омлет с сыром                 | 170             | 200     | 15,24               | 21,28 | 2,55      | 0,28    | 24,12 | 2,89      | 263,33                         | 298,44         |
|             | Чай с сахаром                             | 180             | 200     | 0,11                | 0,00  | 7,99      | 0,28    | 0,00  | 8,88      | 31,32                          | 34,8           |
|             | 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 И Н.А. Амосова