

Меню для детей 3-7 лет

Дата 16 мая 2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
Завтрак 1	Каша гречневая молочная (гречневая крупа, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	200	7,0	10,4	25,0	228,4	№37
Завтрак 1	Бутерброд со сливочным маслом (батон, масло сливочное)	30/7	2,3	4,36	14,62	108	№173
Завтрак 1	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	180	2,85	2,41	14,36	91	№17
Итого за Завтрак 1		417	12,15	17,17	53,98	412,4	
Завтрак 2	Фрукты	100	0,4	0	9,8	44	№2
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0	9,8	44	
Обед	Салат из репчатого лука с растительным маслом (лук, масло растительное, соль)	60	0,8	3,8	4,7	55,2	№64
Обед	Суп рыбный с консервами (картофель, пшено, морковь, лук, консервы рыбные, соль, укроп, масло растительное)	250	8,6	8,4	11,325	167,25	№87
Обед	Котлета мясная (яйцо, мясо говядина, соль) Рожки отварные с подливом	220	24,6	39,29	46,34	588,81	№98
Обед	Компот из сухофруктов и яблок (смесь сухофруктов, яблоки, сахар, витамин С)	180	0,94	0	24,3	96,7	№9
Обед	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,0	117,86	№15
Обед	Хлеб ржаной	20	2,6	0,5	13,0	67,6	№15 «А»
Итого за Обед		780	41,64	52,49	123,66	1093,42	
Полдник	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	№114
Полдник	Сушки	30	2,65	2,2	21,6	114,5	№75
Полдник	Чай с сахаром и лимоном (чай, сахар, лимон)	180	0,2	0	12,6	50,4	
Итого за Полдник		240	4,7	7,74	60,32	330,7	
Итого за день		1537	54,07	89,9	245,52	1841,52	

И.о. заведующего  Калякина И.В.

Зав.хоз  Пяткина Е.Н.

