

Меню
4 день. 2024 год

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Завтрак	3-7 лет	б	ж	у	Э.ккал	1-3 года	б	ж	у	Э.ккал
Каша геркулисовая молочная с сл.маслом	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным, сыром.	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого:	411	13,02	17,76	59,67	455,26	364	11,17	14,38	49,56	375,91
2-ой завтрак										
Сок в инд упаковке	200	1,00		20,20	84,44	200	1,00		20,20	84,44
Итого:	200	1,00	0,00	20,20	84,44	200	1,00		20,20	84,44
Обед										
Салат из моркови с сахаром	60	0,79	0,06	4,55	21,80	40	0,53	0,04	3,01	14,53
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне .	180	3,95	3,79	11,91	106,74	150	3,29	3,16	9,92	88,95
Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86	120	2,02	12,56	9,83	162,29
Фрикадельки из птицы	80	11,24	10,07	7,04	164	60	8,43	7,55	5,28	123,00
Компот из урюка	180	0,40	0,02	16,60	68,20	150	0,35	0,02	13,83	56,83
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,20	12,30	58,75	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Итого:	720	23,78	30,38	82,52	711,54	575	18,45	23,91	65,58	561,83
Полдник										
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	150/5	0,053	0,015	5,02	20,08
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	130	12,08	21,52	2,29	251,03
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	25	1,90	12,3	58,75	47,00
Фрукты свежие (Апельсин)	120	1,08	0,24	0,72	51,50	120	1,08	0,24	9,72	51,60
Итого:	456	15,08	25,09	18,38	365,36	430	15,11	21,98	29,33	381,46
ВСЕГО:	1787	53,79	73,23	180,77	1616,60	1569	45,74	60,26	163,67	1403,64

