



МЕНЮ

29 января 2025 г.

от 3 года до 7 лет

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ 'БЕЛОСНЕЖКА'	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО СЛОЖИВЫЙ	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	38,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛИ МУРОМЦА	130	3,9	3	22,6	132,2	219
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЛ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 'ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС'	200	5,4	4	7,6	84,8	394
Итого за прием пищи:	680/80	26,55	24,6	80,2	653,7	
Полдник						
ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	50	4	1,5	46,6	215,1	441
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ГОЛШЫЙ	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	250	4,2	1,7	68,7	306,7	
Ужин						
ОВОЩНОЕ РАГУ	230	2	3,3	14,9	97,2	339
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	417
Итого за прием пищи:	450	6,9	4,6	17,9	137,2	
Всего за день:		10,7	8,2	28,2	226,1	
Всего за день:		75,4	77,8	233,6	1898,8	