

Утверждаю
Заведующий

Болдина В.В.

Меню приготавливаемых блюд 26.03.2025

8 день	Неделя вторая. 1-3года/3-7 лет						
	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность Ккал.
Бел.				Жир.	Углев.		
Завтрак	Каша рисовая	150/200	4,32/5,76	4,97/6,63	13,71/18,28	117/156	43
	Бутерброд с маслом	20-5/ 40-5	1,54/2,3	3,46/4,36	9,75/14,62	78/108	16
	Какао с молоком	150/200	1/1,2	1,08/1,3	10,83/13	75/90	248
И того за Завтрак			6,86/9,26	9,51/12,29	34,29/45,9	270/354	
Второй завтрак	Сок яблочный	100/100	0,3/0,3	0,3/0,3	8,3/8,3	40/40	132
И того за второй завтрак			0,3/0,3	0,3/0,3	8,3/8,3	40/40	
Обед	Суп «харчо» с мясом птицы	150/200	3,93/4,97	4,9/6,19	16,84/21,3	120,88/152,84	46
	Биточки из говядины	60/80	7,03/9,84	5,73/8,02	5,11/7,16	99,38/139,13	161
	Гречка отварная	120/150	8,9/9,2	9,37/9,56	35,51/36,54	262,68/272,73	24а
	Хлеб пшеничный	40/40	4,92/4,92	0,84/0,84	0,78/0,78	117/117	878
	Компот из кураги	150/200	0,43/0,48	0/0	21,48/23,8	81/90	241
И того за обед			23,49/29,19	18,87/24,42	72,55/88,55	589,4/722,65	
Полдник	Омлет	100/100	9,01/9,01	12,51/12,51	2,24/2,24	156,25/156,25	110
	Печенье	12/20	1,5/1,9	1,9/2,4	16,39/20,49	89,52/111,9	34
	Чай с молоком и сахаром	150/200	1,05/1,4	1,2/1,6	11,85/15,8	60/80	1023
И того за полдник			11,35/12,35	15,35/16,57	27,75/38,53	290,85/348,15	
Итого за весь день			42/51,1	44,03/53,58	142,89/181,28	1190,25/1464,8	