

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет) сад

Возрастная категория: детсад

								02.07.2025
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша кукурузная молочная вязкая	180	6	9	45	280	1	255
	Чай с молоком	180	4	4	20	115	2	713
	Бутерброд с маслом	50	3	8	15	145		2
Итого за Завтрак			13	21	80	540	3	
Завтрак второй								
	Сок	200			22	90	4	712
Итого за Завтрак второй					22	90	4	
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	180	9	8	35	163	4	56
	Салат из свеклы	50	1	4	6	54	8	18
	Бефстроганов из отварной печени в сметанном соусе	70	9	5	6	101	10	501
	Пюре картофельное	130	3	4	29	122	5	153
	Хлеб ржаной	50	3	1	18	94		805
	Компот из свежемороженных плодов и ягод	180	4	4	30	166	1	704
Итого за Обед			29	26	124	700	28	
Полдник								
	Омлет натуральный	150	12	12	7	257	1	229
	Салат из белокочанной капусты	50	1	2	5	43	11	9
	Хлеб пшеничный	50	3		19	94		804
	Чай сладкий с лимоном	200			20	85	12	715
Итого за Полдник			16	14	51	479	24	
Итого за день			58	61	277	1809	59	