

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: ясли

								05.06.2025
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша манная молочная жидкая	150	5	7	30	171	1	256
	Какао с молоком	160	4	4	14	98	2	701
	Бутерброд с сыром	40	4	6	12	118		1
Итого за Завтрак			13	17	56	387	3	
Завтрак второй								
	Яблоки	150			14	71	8	655
Итого за Завтрак второй					14	71	8	
Обед								
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	7	11	32	194	4	59
	Котлета мясная	50	9	13	16	167	1	506
	Капуста тушёная	130	5	8	18	111	21	151
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Компот из сушёных фруктов	150	2		29	107	2	706
Итого за Обед			25	33	109	654	28	
Полдник								
	Макароны отварные с сыром	150	13	11	33	283		302
	Икра кабачковая	40	1	2	3	42	6	21
	Булочка "Дорожная"	60	7	7	32	308		752
	Молоко кипячёное	180	5	5	8	104	2	711
Итого за Полдник			26	25	76	737	8	
Итого за день			64	75	255	1849	47	