

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет) сад

Возрастная категория: детсад

							08.04.2025
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Каша пшённая молочная вязкая	180	5	8	36	264	260
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	16	104	710
	Бутерброд с сыром	50	5	8	16	148	1
Итого за Завтрак			13	18	68	516	1
Завтрак второй							
	Апельсины	100	1		11	90	651
Итого за Завтрак второй			1		11	90	33
Обед							
	Рассольник ленинградский	180	2	8	20	192	54
	Салат из квашенной капусты	50	1	5	5	70	13
	Котлеты рыбные любительские	70	10	6	23	166	452
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	11	5	32	207	301
	Хлеб ржаной	50	4	1	21	109	805
	Компот из сушёных фруктов	180	2		35	129	706
Итого за Обед			30	25	136	873	19
Полдник							
	Салат из картофеля с зелёным горошком	150	2	6	16	129	12
	Яйца варёные	40	5	5		63	351
	Ватрушка с творогом	60	6	7	27	195	756
	Чай с сахаром	200			12	45	714
Итого за Полдник			13	18	55	432	17
Итого за день			57	61	270	1911	70