

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет) сад

Возрастная категория: детсад

							12.03.2025
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	5	5	47	242	255
	Чай с молоком	180	3	2	18	114	2 713
	Бутерброд с маслом	50	2	8	15	145	2
	Итого за Завтрак		10	15	80	501	2
Завтрак второй	Сок	100	1		11	90	2 712
	Итого за Завтрак второй		1		11	90	2
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	4	4	25	162	4 56
	Салат из свеклы	50	1	3	6	54	7 18
	Бефстроганов из отварной печени в сметанном соусе	70	16	12	6	187	501
	Пюре картофельное	130	2	4	30	148	14 153
	Хлеб ржаной	50	4	1	21	109	3 805
	Компот из свежемороженных плодов и ягод	180	2	2	30	146	704
	Итого за Обед		29	26	118	806	28
Полдник	Омлет натуральный	150	11	20	8	231	229
	Салат из белокочанной капусты	50	2	3	5	47	17 9
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	118	804
	Чай сладкий с лимоном	200			25	41	3 715
Итого за Полдник		17	24	62	437	20	
Итого за день		57	65	271	1834	52	