

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: ясли

								13.03.2025
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	39	233		256
	Какао с молоком	160	3	3	14	101	1	701
	Бутерброд с сыром	40	4	6	12	118		1
	Итого за Завтрак		12	16	65	452	1	
Завтрак второй	Яблоки	95			10	86	10	655
	Итого за Завтрак второй				10	86	10	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	7	8	20	137	6	59
	Котлета мясная	50	9	16	14	169		506
	Капуста тушёная	130	4	7	22	118	22	151
	Хлеб ржаной	40	3	1	17	87	2	805
	Компот из сушёных фруктов	150	2		29	107		706
	Итого за Обед		25	32	102	618	30	
Полдник	Рагу овощное	150	1	7	13	145	5	154
	Яйца варёные	40	5	5		63		351
	Булочка "Дорожная"	60	3	5	24	150		752
	Чай с сахаром	150			9	34		714
	Итого за Полдник		9	17	46	392	5	
Итого за день			46	65	223	1548	46	