

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет) сад

Возрастная категория: детсад

							14.03.2025	
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша "Дружба" молочная вязкая	180	4	9	48	253		251
	Кофейный напиток с молоком	180	3	2	16	104	1	710
	Бутерброд с маслом	50	2	8	15	145		2
	Итого за Завтрак		9	19	79	502	1	
Завтрак второй	Сок	100	1		11	90	2	712
	Итого за Завтрак второй		1		11	90	2	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	1	5	8	152	6	51
	Огурец солёный	50	1		3	16	19	7
	Плов из птицы	160	15	15	35	282	5	551
	Хлеб ржаной	50	4	1	21	109	3	805
	Компот из свежих плодов	180			41	166	23	705
	Итого за Обед		21	21	108	725	56	
Полдник	Макароны отварные с сыром	150	14	13	40	330		302
	Икра кабачковая	50	1	3	8	53		21
	Печенье	50	3	4	34	146		758
	Молоко кипячёное	200	5	5	9	102	2	711
	Итого за Полдник		23	25	91	631	2	
Итого за день			54	65	289	1948	61	