

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория : ясли

								21.05.2025
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша кукурузная молочная вязкая	150	5	7	37	233	1	255
	Чай с молоком	160	4	4	17	102	2	713
	Бутерброд с маслом	40	2	6	12	116		2
Итого за Завтрак			11	17	66	451	3	
Завтрак второй								
	Сок	160			18	72	3	712
Итого за Завтрак второй					18	72	3	
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	150	7	7	29	136	3	56
	Салат из свеклы	40	1	3	5	43	6	18
	Бефстроганов из отварной печени в сметанном соусе	50	6	4	4	72	7	501
	Пюре картофельное	110	3	3	25	103	4	153
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Компот из свежемороженных плодов и ягод	150	3	3	25	138	1	704
Итого за Обед			22	21	102	567	21	
Полдник								
	Омлет натуральный	150	12	12	7	257	1	229
	Салат из белокочанной капусты	30	1	1	3	26	7	9
	Хлеб пшеничный	40	3		15	75		804
	Чай сладкий с лимоном	180			18	77	11	715
Итого за Полдник			16	13	43	435	19	
Итого за день			49	51	229	1525	46	