

## Ежедневное меню (с 3 до 7 лет) сад

Возрастная категория: детсад

							28.03.2025	
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>	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
	<b>Итого за Завтрак</b>			9	19	79	502	1
<b>Завтрак второй</b>	Сок 100		1		11	90	2	712
	<b>Итого за Завтрак второй</b>			1		11	90	2
<b>Обед</b>	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
	<b>Итого за Обед</b>			21	21	108	725	56
<b>Полдник</b>	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
	<b>Итого за Полдник</b>			23	25	91	631	2
<b>Итого за день</b>			54	65	289	1948	61	