

Ежедневное меню (до 3 лет) ясли

Возрастная категория: ясли

								30.05.2025
Прием пищи			Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша из смеси двух круп молочная вязкая	150	7	7	31	231	1	254
	Кофейный напиток с молоком	160	4	3	14	92	1	710
	Бутерброд с маслом	40	2	6	12	116		2
Итого за Завтрак			13	16	57	439	2	
Завтрак второй								
	Сок	160			18	72	3	712
Итого за Завтрак второй					18	72	3	
Обед								
	Борщ с картофелем (свекольник)	150	7	4	17	121	4	52
	Икра кабачковая	40	1	2	3	42	6	21
	Запеканка картофельная с мясом/печенью	130	11	8	30	224	6	505
	Хлеб ржаной	40	2	1	14	75		805
	Компот из свежих плодов	150	1		32	153	21	705
Итого за Обед			22	15	96	615	37	
Полдник								
	Омлет натуральный	150	12	12	7	257	1	229
	Салат из свеклы	40	1	3	5	43	6	18
	Печенье	30	2	5	26	135		758
	Чай с сахаром	180			9	38		714
Итого за Полдник			15	20	47	473	7	
Итого за день			50	51	218	1599	49	