

Меню « 01 » февраля 2023 года



Возрастная категория 1-3 года					
Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак 8 день</b>					
Суп молочный манный	150	4,11	3,78	12,07	98,85
Кофейный напиток с молоком сгущенным	170	2,50	1,69	17,78	96,33
Хлеб пшеничный	30	0,97	1,14	11,49	70,50
<b>Итого завтрак</b>		<b>7,58</b>	<b>6,61</b>	<b>41,34</b>	<b>265,68</b>
<b>Завтрак 11</b>					
Сок фруктовый (абрикосовый)	150	0,75	0,00	19,05	79,00
<b>Итого завтрак 11</b>		<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>19,05</b>	<b>79,00</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,25	3,51	6,10	61,02
Салат из горошка зелёного консервированного	40	1,19	2,07	2,5	33,44
Рис отварной	110	2,67	3,94	26,90	153,78
Гуляш из отварного мяса	60	7,71	6,20	1,98	94,50
Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,91	73,20
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,0
<b>Итого обед</b>		<b>16,50</b>	<b>16,40</b>	<b>75,07</b>	<b>515,14</b>
<b>Полдник</b>					
Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным	50	2,91	3,20	24,05	136,66
Чай с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
<b>Итого полдник</b>		<b>5,76</b>	<b>5,61</b>	<b>38,41</b>	<b>227,66</b>
<b>Итого за день</b>		<b>33,59</b>	<b>32,62</b>	<b>173,87</b>	<b>1087,48</b>

м/с \_\_\_\_\_

Меню « 01 » февраля 2023 года

Возрастная категория 3-7 лет					
Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный манный	180	4,93	4,54	14,49	118,62
Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,65	1,79	18,83	102,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5
<b>Итого завтрак</b>		<b>9,97</b>	<b>8,03</b>	<b>44,80</b>	<b>295,67</b>
<b>Завтрак 11</b>					
Сок фруктовый (абрикосовый)	180	0,90	0,00	22,86	95,00
<b>Итого завтрак 11</b>		<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>22,86</b>	<b>95,00</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,39	3,90	6,78	67,80
Салат из горошка зелёного консервированного	60	1,78	3,11	3,75	50,16
Рис отварной	130	3,16	4,65	31,79	181,71
Гуляш из отварного мяса	70	9,02	7,13	2,29	109,37
Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,14	0,14	21,49	87,84
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,20	52,20
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00
<b>Итого обед</b>		<b>19,35</b>	<b>20,20</b>	<b>83,51</b>	<b>590,37</b>
<b>Полдник</b>					
Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным	60	3,50	3,85	28,87	164,00
Чай с молоком	200	3,16	2,67	15,95	101,11
<b>Итого полдник</b>		<b>6,66</b>	<b>6,52</b>	<b>44,82</b>	<b>265,11</b>
<b>Итого за день</b>		<b>38,98</b>	<b>36,58</b>	<b>195,99</b>	<b>1246,15</b>

м/с \_\_\_\_\_