

Меню « 02 » февраля 2023 года



Возрастная категория 1-3 года					
Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак 9 день					
Суп молочный с крупой (гречневой)	150	4,47	4,10	12,81	106,20
Какао с молоком	170	3,46	3,01	14,94	101,05
Бутерброд с сыром	30	3,15	6,58	9,70	91,66
Итого завтрак		11,08	13,69	37,45	298,91
Завтрак 11					
Сок фруктовый (вишневый)	150	1,05	0,30	17,10	75,00
Итого завтрак 11		1,05	0,30	17,10	75,00
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	150	1,09	2,94	7,64	82,00
Салат из солёных огурцов с луком	40	0,34	2,04	1,04	23,92
Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,31	19,39	123,53
Тефтели из печени с рисом	60/60	7,30	8,23	12,28	152,00
Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Итого обед		16,84	17,29	74,26	541,65
Полдник					
Оладьи	65	4,58	7,33	24,75	183,00
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого полдник		4,64	7,35	34,74	223,00
Итого за день		33,61	38,63	163,55	1138,56

м/с _____

Меню « 02 » февраля 2023 года

Возрастная категория 3-7 лет					
Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
Суп молочный с крупой (гречневой)	180	5,37	4,93	15,37	127,44
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00
Итого завтрак		13,41	15,00	48,76	373,44
Завтрак 11					
Сок фруктовый (вишневый)	180	1,26	0,36	20,52	90,00
Итого завтрак 11		1,26	0,36	20,52	90,00
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,92	10,19	82,00
Салат из солёных огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88
Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,91	145,99
Тефтели из печени с рисом	80/80	9,78	11,66	16,41	139,22
Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,27	20,74	87,77
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,05
Итого обед		22,20	24,60	100,66	640,51
Полдник					
Оладьи	85	5,63	9,02	30,46	225,23
Чай с сахаром	200/11	0,06	0,02	11,10	44,44
Итого полдник		6,89	7,98	44,48	277,20
Итого за день		43,76	47,94	214,42	1381,15

м/с _____