

Утверждаю  
и.о. директора



В.И.Бойко

Меню «10» марта 2025 года

Возрастная категория 1-3 года					
Наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак 6 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 (яблочный)	150	0,75	0,00	19,05	79,00
Вафли	20	0,16	1,22	2,5	21,68
<b>Итого завтрак 11</b>		<b>1,06</b>	<b>1,22</b>	<b>20,68</b>	<b>97,68</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с крупой (пшено)	150	1,30	1,70	8,57	54,90
Салат из горошка (консервированного)	40	1,19	2,07	2,50	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>18,83</b>	<b>16,04</b>	<b>77,54</b>	<b>512,34</b>
<b>Полдник</b>					
Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным	50	2,91	3,20	24,05	136,66
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
<b>Итого полдник</b>		<b>2,97</b>	<b>3,22</b>	<b>34,04</b>	<b>176,66</b>
<b>Итого за день</b>		<b>30,44</b>	<b>27,09</b>	<b>173,6</b>	<b>1052,36</b>

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>9,95</b>	<b>6,36</b>	<b>47,81</b>	<b>290,67</b>
<b>Завтрак 11</b>					
Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,00	18,18	76
Вафли	20	0,16	1,22	2,5	21,68
<b>Итого завтрак 11</b>		<b>1,06</b>	<b>1,22</b>	<b>20,68</b>	<b>97,68</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,74	2,27	11,43	73,20
Салат из горошка консервированного	60	1,78	3,11	3,75	50,61
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>24,33</b>	<b>25,67</b>	<b>94,16</b>	<b>654,87</b>
<b>Полдник</b>					
Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным	60	3,50	3,85	28,87	164,00
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,10	44,44
<b>Итого полдник</b>		<b>3,56</b>	<b>4,05</b>	<b>33,97</b>	<b>208,44</b>
<b>Итого за день</b>		<b>38,90</b>	<b>34,30</b>	<b>196,62</b>	<b>1251,66</b>