

Утверждаю
 Директор  Т.В. Фращенко

Меню «24» марта 2025 года



| Возрастная категория 3-7 года | | | | | |
|---|-------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| Наименование блюда | Масса порции (гр) | Пищевая ценность(гр) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак 6 день | | | | | |
| 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 |
| Итого завтрак | | 7,58 | 6,61 | 41,34 | 265,68 |
| Завтрак 11 | | | | | |
| Сок фруктовый (яблочный) | 150 | 0,75 | 0,00 | 19,05 | 79,00 |
| Вафли | 20 | 0,16 | 1,22 | 2,5 | 21,68 |
| Итого завтрак 11 | | 1,06 | 1,22 | 20,68 | 97,68 |
| Обед | | | | | |
| 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 |
| Итого обед | | 18,83 | 16,04 | 77,54 | 512,34 |
| Полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого полдник | | 2,97 | 3,22 | 34,04 | 176,66 |
| Итого за день | | 30,44 | 27,09 | 173,6 | 1052,36 |

| Возрастная категория 3-7 лет | | | | | |
|---|-------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Наименование блюда | Масса порции (гр) | Пищевая ценность(гр) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого завтрак | | 9,95 | 6,36 | 47,81 | 290,67 |
| Завтрак 11 | | | | | |
| Сок фруктовый (яблочный) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76 |
| Вафли | 20 | 0,16 | 1,22 | 2,5 | 21,68 |
| Итого завтрак 11 | | 1,06 | 1,22 | 20,68 | 97,68 |
| Обед | | | | | |
| 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 |
| Итого обед | | 24,33 | 25,67 | 94,16 | 654,87 |
| Полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого полдник | | 3,56 | 4,05 | 33,97 | 208,44 |
| Итого за день | | 38,90 | 34,30 | 196,62 | 1251,66 |