

Утверждаю

Директор

Т.В. Фращенко

Меню «27» марта 2025 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
Чай с лимоном	150\7\3,5	0,07	0,01	7,10	29,00
Бутерброд с сыром	30	3,15	6,58	9,70	91,66
Итого завтрак		7,69	10,69	29,61	226,86
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					
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
Печень тушенная в соусе	50/30	9,14	12,60	2,01	157,60
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		18,68	21,66	63,99	547,25
Полдник					
Ватрушка	50	2,65	3,91	20,84	144,28
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого полдник		6,32	7,10	36,66	251,28
Итого за день		33,75	40,67	150,94	1123,07

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
Чай с лимоном	200\11\7	0,13	0,02	11,33	45,55
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00
Итого завтрак		10,94	11,93	53,14	364,03
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					
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
Печень тушенная в соусе	80/50	14,86	20,48	3,26	256,10
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	23,6	100,66	640,51
Полдник					
Ватрушка	60	7,90	4,65	25,00	173,14
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого полдник		11,57	7,88	40,82	280,14
Итого за день		45,77	44,63	215,3	1382,36