

Возраст: 3-7 лет
Сезон: весна-лето
2 день. 1 неделя
Меню на 01.07.2025 год



День недели	№ рец.	Наименование блюда	Пищевые вещества.				Энергетическая ценность (ккал)	
			Выход, гр.	Белки, гр.	Жиры, г	Углеводы, г	3-7г	сумма
			3-7 г.	3-7 г.	3-7 г.	3-7 г.		
ВТОРНИК	ЗАВТРАК							
	236/2021г	Каша манная молочная жидкая	160	4,00	5,09	25,12	162,27	12,00
	576/2021г	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	65,43	10,65
	ПП	Повидло	10	0,0	0,0	6,10	24,40	
	464/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	85,05	9,11
		ИТОГО ЗАВТРАК:	405	9,93	9,00	63,01	316,86	31,76
	2-ЗАВТРАК							
	501/2021	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	66,60	14,00
		ИТОГО 2-ЗАВТРАК:	150	0,60	0,60	14,70	78,50	14,00
	ОБЕД							
	ПП	Огурцы консервированные порционно	50	1,40	6,10	7,63	91,02	12,98
	41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	180	3,24	5,20	6,52	71,54	15,85
	311/2004	Пюре картофельное	150	3,27	2,73	8,59	111,99	54,39
	88/2008г	Котлета рыбная "Нептун"	70	8,96	9,52	6,93	106,60	
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	62,78	2,07
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	3,33
		ИТОГО ОБЕД:	670	20,27	24,02	66,44	533,50	88,62
	ПОЛДНИК							
	741/2004	Суфле из творога с повидлом	70	9,10	3,50	9,10	89,40	74,13
	496/2021г	Чай с сахаром	180	0,61	0,25	17,08	60,85	3,44
		ИТОГО ПОЛДНИК:	250	9,71	3,75	26,18	150,25	77,57
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		40,51	37,38	170,32	1079,11	211,95