

МЕНЮ на 1 апреля 2025 год (основное)

Принем пищи,	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Поджаренная из зеленого горошка	50	1,55	0,1	3,25	20	50	1,55	0,1	3,25	20
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,8	188,75
Чай с сахаром	180	0,15	0,02	8,2	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	70	5,32	0,56	34,44	164,5
Завтрак 2 (10 часов)										
Груша	100	0,4	0,3	10,3	47	100	0,4	0,3	10,3	47
Обед										
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,05	1,07	15,2	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Рассольник ленинградский (крупа перловая) с курицей	175	5,08	4,38	11,78	106,78	195	6	5,94	13,51	131,63
Запеканка картофельная с мясом отварным (свинина)	170	10,56	14,45	20,75	256,72	200	12,42	17,65	24,24	307,32
Компот из смеси сухофруктов	180	0,53	0,04	14,83	62,57	180	0,53	0,04	16,82	70,55
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	30	1,68	0,33	14,82	69,6
Полдник										
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Молоко "Умница"	180	5,22	5,76	8,46	108	200	5,8	6,4	9,4	120
Ужин										
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3	30	0,21	0,03	0,57	3,3
Зразы куриные с омлетом и овощами с соусом томатным	70	12,17	9,09	5,68	155,93	100	12,86	14,38	8,36	215,22
Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,9	155,84
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		61,92	55,05	181,96	1483,05		73,03	71,73	242,03	1918,32

МЕНЮ на 1 апреля 2025 год (основное)

Принем пищи,	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Поджаренная из зеленого горошка	50	1,55	0,10	3,25	20,00	50	1,55	0,10	3,25	20,00
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,80	188,75
Чай с сахаром	180	0,15	0,02	8,20	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,70
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	70	5,32	0,56	34,44	164,50
Завтрак 2 (10 часов)										
Груша	100	0,40	0,30	10,30	47,00	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Обед										
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,29	1,05	1,07	15,20	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Рассольник ленинградский (крупа перловая) с курицей	175	5,08	4,38	11,78	106,78	195	6,00	5,94	13,51	131,63
Запеканка картофельная с мясом отварным (свинина)	170	10,56	14,45	20,75	256,72	200	12,42	17,65	24,24	307,32
Компот из смеси сухофруктов	180	0,53	0,04	14,83	62,57	180	0,53	0,04	16,82	70,55
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,20	30	1,68	0,33	14,82	69,60
Полдник										
Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,10	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Молоко "Умница"	180	5,22	5,76	8,46	108,00	200	5,80	6,40	9,40	120,00
Ужин										
Поджаренная из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,30	30	0,21	0,03	0,57	3,30
Зразы куриные с омлетом и овощами с соусом томатным	70	12,17	9,09	5,68	155,93	100	12,86	14,38	8,36	215,22
Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,90	155,84
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,50	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		61,92	55,05	181,96	1483,05		73,03	71,73	242,03	1918,32