

МЕНЮ на 4 апреля 2025 год (основное)

Принем пищи, наименование блюда	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										
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	7	0,04	5,78	0,06	52,36
Сыр полутвердый	10	2,32	2,95		36,4	15	3,48	4,43		54,6
Каши жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
Напиток кофейный на молоке	180	2,98	3,2	13,96	97,8	180	2,98	3,2	15,96	105,78
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47
Завтрак 2 (10 часов)										
Апельсин	100	0,8	0,2	7,5	38	100	0,8	0,2	7,5	38
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
Борщ из капусты с картофелем со сметаной с говядиной	180	4,4	5,61	6,96	96,47	200	4,54	6,51	7,73	108,33
Плов из булгура с отварной говядиной	170	17,9	12,42	26,49	298,68	200	20,44	14,17	34,84	361,13
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	180	0,9	0,18	18,18	82,8
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	20	1,12	0,22	9,88	46,4
Полдник										
Ватрушка с творогом	50	5,35	3,55	16,73	119,95	50	5,35	3,55	16,73	119,95
Йогурт питьевой	180	5,04	4,5	23,4	154,8	200	5,6	5	26	172
Ужин										
Салат из овощей с кукурузой	30	0,43	1,09	1,46	17,48	60	0,85	2,17	2,79	34,29
Зразы рыбные с яйцом (горбуша)	70	11,84	5,81	7,15	127,24	80	13,25	8,15	8,03	157,8
Картофель и овощи, тушенные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с молоком	180	1,55	1,61	10,37	62,68	180	1,55	1,61	12,36	70,66
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,0	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Итого пищевая и энергетическая ценность										
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	
		66,18	53,58	201,80	1574,1		77,02	65,86	249,08	1922,3

МЕНЮ на 4 апреля 2025 год (основное)

Принем пищи, наименование блюда	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										
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,40	7	0,04	5,78	0,06	52,36
Сыр полутвердый	10	2,32	2,95	-	36,40	15	3,48	4,43	-	54,60
Каши жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
Напиток кофейный на молоке	180	2,98	3,20	13,96	97,80	180	2,98	3,20	15,96	105,78
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Завтрак 2 (10 часов)										
Апельсин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Обед										
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,05	1,07	15,20	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Борщ из капусты с картофелем со сметаной с говядиной	180	4,40	5,61	6,96	96,47	200	4,54	6,51	7,73	108,33
Плов из булгура с отварной говядиной	170	17,90	12,42	26,49	298,68	200	20,44	14,17	34,84	361,13
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
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	20	1,12	0,22	9,88	46,40
Полдник										
Ватрушка с творогом	50	5,35	3,55	16,73	119,95	50	5,35	3,55	16,73	119,95
Погурт питьевой	180	5,04	4,50	23,40	154,80	200	5,60	5,00	26,00	172,00
Ужин										
Салат из овощей с кукурузой	30	0,43	1,09	1,46	17,48	60	0,85	2,17	2,79	34,29
Зразы рыбные с яйцом (горбуша)	70	11,84	5,81	7,15	127,24	80	13,25	8,15	8,03	157,80
Картофель и овощи, тушенные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с молоком	180	1,55	1,61	10,37	62,68	180	1,55	1,61	12,36	70,66
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Итого пищевая и энергетическая ценность										
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	
		66,18	53,58	201,80	1574,1		77,02	65,86	249,08	1922,3