

МЕНЮ на 15 апреля 2025 год (основное)

Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Поджаренная из свежих огурцов	50	0,55	0,1	1,9	12	50	0,55	0,1	1,9	12
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,8	188,75
Чай с сахаром	180	0,1	0,01	8,02	32,68	180	0,1	0,01	10,01	40,66
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,81	14,55	72,96	40	3,00	1,08	19,40	97,28
Завтрак 2 (10 часов)										
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед										
Салат из морской капусты и моркови с яйцом	30	0,59	1,07	1,42	18,85	60	1,33	2,66	2,98	43,5
Суп картофельный с рисом с курицей	175	4,67	6,07	10,25	114,56	195	4,84	6,1	11,66	121,07
Рагу из овощей со говядиной	170	14,6	10,85	13,14	208,31	200	18,22	14,81	14,2	262,86
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	20	1,12	0,22	9,88	46,4
Полдник										
Пряник	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 помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2	30	0,33	0,06	1,14	7,2
Куриное филе в сырном соусе	60	12,58	8,24	0,89	131,26	80	16,01	11,32	0,89	173,66
Макаронные изделия отварные	110	3,64	3,3	22,48	133,58	130	4,47	4,12	27,62	164,69
Чай ягодный	180	0,15	0,02	8,65	35,8	180	0,15	0,02	10,65	43,78
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		63,85	52,24	164,71			1395,51	77,72	66,35	

МЕНЮ на 15 апреля 2025 год (основное)

Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Поджаренная из свежих огурцов	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,80	188,75
Чай с сахаром	180	0,10	0,01	8,02	32,68	180	0,10	0,01	10,01	40,66
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,81	14,55	72,96	40	3,00	1,08	19,40	97,28
Завтрак 2 (10 часов)										
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед										
Салат из морской капусты и моркови с яйцом	30	0,59	1,07	1,42	18,85	60	1,33	2,66	2,98	43,50
Суп картофельный с рисом с курицей	175	4,67	6,07	10,25	114,56	195	4,84	6,10	11,66	121,07
Рагу из овощей со говядиной	170	14,60	10,85	13,14	208,31	200	18,22	14,81	14,20	262,86
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	20	1,12	0,22	9,88	46,40
Полдник										
Пряник	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 помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,20	30	0,33	0,06	1,14	7,20
Куриное филе в сырном соусе	60	12,58	8,24	0,89	131,26	80	16,01	11,32	0,89	173,66
Макаронные изделия отварные	110	3,64	3,30	22,48	133,58	130	4,47	4,12	27,62	164,69
Чай ягодный	180	0,15	0,02	8,65	35,80	180	0,15	0,02	10,65	43,78
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	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		63,85	52,24	164,71			1395,51	77,72	66,35	