

МЕНЮ на 21 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 риса и пшени	150	6,24	3,96	29,42	178,23	200	7,34	4,87	33,5	207,21
Чай с сахаром	180	0,1	0,01	8,02	32,68	180	0,1	0,01	10,01	40,66
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47
Завтрак 2 (10 часов)										
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	100	0,8	0,2	7,5	38
Обед										
Салат из свежих помидоров и перца сладкого	30	0,36	1,05	1,41	17,04	60	0,71	2,1	2,74	33,66
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	175	5,26	5,25	12,3	117,47	195	5,47	5,28	13,67	123,98
Фрикадельки мясные (гов+свин) с соусом сметанно-томатным	70	10,05	7,55	6,67	135,19	100	11,95	10,65	8,16	177,01
Овощи запеченные	120	3,49	4,23	13,74	108,72	150	4,56	4,99	17,51	135,28
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										
Булочка	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										
Поджаренная из свежих овощей	30	0,21	0,03	0,57	3,3	30	0,21	0,03	0,57	3,3
Гуляш из куриного филе	60	9,78	9,83	2,07	136,14	80	11,18	12	2,21	162,14
Каши гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,9	155,84
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)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		58,95	51,91	196,41	1499,46		69,51	64,78	234,71	1813,47

МЕНЮ на 21 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 риса и пшени	150	6,24	3,96	29,42	178,23	200	7,34	4,87	33,50	207,21
Чай с сахаром	180	0,10	0,01	8,02	32,68	180	0,10	0,01	10,01	40,66
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Завтрак 2 (10 часов)										
Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38,00	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Обед										
Салат из свежих помидоров и перца сладкого	30	0,36	1,05	1,41	17,04	60	0,71	2,10	2,74	33,66
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	175	5,26	5,25	12,30	117,47	195	5,47	5,28	13,67	123,98
Фрикадельки мясные (гов+свин) с соусом сметанно-томатным	70	10,05	7,55	6,67	135,19	100	11,95	10,65	8,16	177,01
Овощи запеченные	120	3,49	4,23	13,74	108,72	150	4,56	4,99	17,51	135,28
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										
Булочка	50	5,35	3,55	16,73	119,95	50	5,35	3,55	16,73	119,95
Йогурт питьевой	180	5,04	4,50	23,40	154,80	200	5,60	5,00	26,00	172,00
Ужин										
Поджаренная из свежих овощей	30	0,21	0,03	0,57	3,30	30	0,21	0,03	0,57	3,30
Гуляш из куриного филе	60	9,78	9,83	2,07	136,14	80	11,18	12,00	2,21	162,14
Каши гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,90	155,84
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)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		58,95	51,91	196,41	1499,46		69,51	64,78	234,71	1813,47