

МЕНЮ на 22 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)			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 с сыром	100	13,45	12,9	2,08	179,25	120	14,8	15,67	2,43	211,57
Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,02	8,2	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,7
Хлеб пшеничный	20	1,50	0,54	9,70	48,64	30	2,25	0,81	14,55	72,96
Завтрак 2 (10 часов)										
Банан	100	1,5	0,5	21,0	96	100	1,5	0,5	21,0	96
Обед										
Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,53	2,06	2,73	31,53	60	1,03	4,13	5,31	62,37
Суп-пюре из брокколи	180	2,27	4,79	4,77	73,35	200	2,69	5,69	6,37	89,81
Бефстроганов из отварной говядины	60	10,63	8,37	1,8	126,98	80	12,33	11,72	1,96	165,18
Каши пшеничная рассыпчатая	110	4,15	3,33	24,96	145,56	130	5,3	4,17	31,83	184,92
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										
Салат из свежих помидоров	40	0,49	3,08	1,87	38,01	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Биточки из кальмаров и рыбы	70	10,61	3,66	6,59	100,67	80	11,52	6,16	7,31	130,14
Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с сахаром	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	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	
		62,60	53,44	185,56	1482,88		73,64	70,02	239,62	1894,60

МЕНЮ на 22 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)			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 с сыром	100	13,45	12,90	2,08	179,25	120	14,80	15,67	2,43	211,57
Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,02	8,20	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,70
Хлеб пшеничный	20	1,50	0,54	9,70	48,64	30	2,25	0,81	14,55	72,96
Завтрак 2 (10 часов)										
Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Обед										
Салат из картофеля с зеленым горошком	40	0,53	2,06	2,73	31,53	60	1,03	4,13	5,31	62,37
Суп-пюре из брокколи	180	2,27	4,79	4,77	73,35	200	2,69	5,69	6,37	89,81
Бефстроганов из отварной говядины	60	10,63	8,37	1,80	126,98	80	12,33	11,72	1,96	165,18
Каши пшеничная рассыпчатая	110	4,15	3,33	24,96	145,56	130	5,30	4,17	31,83	184,92
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										
Салат из свежих помидоров	40	0,49	3,08	1,87	38,01	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Биточки из кальмаров и рыбы	70	10,61	3,66	6,59	100,67	80	11,52	6,16	7,31	130,14
Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с сахаром	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	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		62,60	53,44	185,56	1482,88		73,64	70,02	239,62	1894,60