

МЕНЮ на 24 апреля 2025 год (непереносимость БКМ)

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										
Поджаренная из свежих помидоров	50	0,55	0,1	1,9	12	50	0,55	0,1	1,9	12
Омлет с картофелем	120	10,38	11,59	14,43	203,73	150	12,98	14,75	18,07	257,21
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	50	3,95	0,5	24,15	117,5
Завтрак 2 (10 часов)										
Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
Обед										
Винегрет с морской капустой	30	0,46	2,66	3,02	38,02	60	0,9	4,31	5,88	66,29
Борщ из капусты с картофелем с курицей	175	5	6,37	7,29	106,78	195	5,15	6,39	8,13	110,95
Гуляш из отварного мяса (свинина)	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,7	1,63	155,8
Каша гречневая рассыпчатая	110	5,04	3,32	22,84	141,18	130	5,8	4,52	26,27	168,65
Напиток витаминный	180	0,38	0,12	14,88	64,41	180	0,4	0,13	18,35	79,45
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,12	3,96	19,80	20	1,32	0,24	7,93	39,60
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Полдник										
Булочка с кунжутом	50	4,42	5,13	27,74	174,64	50	4,42	5,13	27,74	174,64
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	200	1,0	0,2	20,2	92,0
Ужин										
Салат из овощей с кукурузой	30	0,49	1,11	1,59	18,34	60	0,95	2,2	3,07	36,04
Зразы рыбные с яйцом (горбуша)	70	10,77	8,51	6,37	145,06	80	12,3	9,04	7,42	160,14
Картофель отварной	120	2,48	3,49	20,21	122,45	150	3,1	4,62	25,27	155,31
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	1,58	0,2	9,66	47	30	2,37	0,3	14,49	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	
		59,07	51,65	210,08			1562,12	70,34	63,60	

МЕНЮ на 24 апреля 2025 год (непереносимость БКМ)

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										
Поджаренная из свежих помидоров	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
Омлет с картофелем	120	10,38	11,59	14,43	203,73	150	12,98	14,75	18,07	257,21
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	50	3,95	0,50	24,15	117,50
Завтрак 2 (10 часов)										
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	43,00	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Обед										
Винегрет с морской капустой	40	0,46	2,66	3,02	38,02	60	0,90	4,31	5,88	66,29
Борщ из капусты с картофелем с курицей	175	5,00	6,37	7,29	106,78	195	5,15	6,39	8,13	110,95
Гуляш из отварного мяса (свинина)	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,70	1,63	155,80
Каша гречневая рассыпчатая	110	5,04	3,32	22,84	141,18	130	5,80	4,52	26,27	168,65
Напиток витаминный	180	0,38	0,12	14,88	64,41	180	0,40	0,13	18,35	79,45
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,12	3,96	19,80	20	1,32	0,24	7,93	39,60
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Полдник										
Булочка с кунжутом	50	4,42	5,13	27,74	174,64	50	4,42	5,13	27,74	174,64
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Ужин										
Салат из овощей с кукурузой	30	0,49	1,11	1,59	18,34	60	0,95	2,20	3,07	36,04
Зразы рыбные с яйцом (горбуша)	70	10,77	8,51	6,37	145,06	80	12,30	9,04	7,42	160,14
Картофель отварной	120	2,48	3,49	20,21	122,45	150	3,10	4,62	25,27	155,31
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	1,58	0,20	9,66	47,00	30	2,37	0,30	14,49	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	
		59,07	51,65	210,08			1562,12	70,34	63,60	