

МЕНЮ на 7 июля 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)			Энергетич. и экв (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. и экв (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 манной крупы	150	5,09	3,16	21,08	132,99	200	6,82	4,22	28,63	179,52		
Напиток кофейный на молоке	180	2,98	3,2	13,96	97,8	180	2,98	3,2	15,96	105,78		
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47		
Завтрак 2 (10 часов)												
Яблоко	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 бобовыми (фасолью) с говядиной	180	6,61	5,43	12,34	125,39	200	6,85	6,33	13,06	137,56		
Жаркое по-домашнему (свинина)	170	9,79	13,77	18,55	238,39	200	12,75	18,15	21,75	302,9		
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												
Печенье	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												
Поджаривовка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3	30	0,21	0,03	0,57	3,3		
Кнели из кур на пару с маслом сливочным	63	12,03	8	4,64	144,83	85	13,89	11,45	6,36	186,26		
Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06	130	2,79	3,98	25,16	147,54		
Чай с сахаром	180	0,1	0,01	8,02	32,68	180	0,1	0,01	10,01	40,66		
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. и экв (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. и экв (ккал)		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
		58,55	54,36	196,62			1523,48	69,71	69,39		237,03	1867,79

МЕНЮ на 7 июля 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 манной крупы	150	5,09	3,16	21,08	132,99	200	6,82	4,22	28,63	179,52
Напиток кофейный на молоке	180	2,98	3,20	13,96	97,80	180	2,98	3,20	15,96	105,78
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Завтрак 2 (10 часов)										
Яблоко	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	40	0,36	1,05	1,41	17,04	60	0,71	2,10	2,74	33,66
Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с говяжьей	180	6,61	5,43	12,34	125,39	200	6,85	6,33	13,06	137,56
Жаркое по-домашнему (свинина)	170	9,79	13,77	18,55	238,39	200	12,75	18,15	21,75	302,90
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										
Печенье	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										
Поджаривовка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,30	30	0,21	0,03	0,57	3,30
Кнели из кур на пару с маслом сливочным	63	12,03	8,48	4,64	144,83	85	13,89	11,45	6,36	186,26
Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,20	21,23	123,06	130	2,79	3,98	25,16	147,54
Чай с сахаром	180	0,10	0,01	8,02	32,68	180	0,10	0,01	10,01	40,66
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	
		58,55	54,36	196,62	1523,48		69,71	69,39	237,03	1867,70