

МЕНЮ на 14 июля 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)			Энергетич. ед (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Омлет натуральный	30	2,82	5,89	1,12	68,94	50	4,65	7,66	1,55	93,92
Каши жидкая из овсяных хлопьев " Геркулес" на напиток овсяном	150	4,66	5,36	28,74	184,03	200	6,28	7,23	38,46	246,62
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,2	9,66	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 огурцов	30	0,38	1,06	1,34	16,74	60	0,75	2,11	2,64	33,31
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей	175	5,26	6,44	7,93	111,13	195	5,3	6,45	8,14	112,18
Гуляш из отварного мяса (свинина)	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,7	1,63	155,8
Рис припущенный с овощами	110	2,48	2,33	23,3	124,61	130	2,94	3,4	27,61	153,29
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	180	0,9	0,18	18,18	82,8
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
Ужин										
Салат из свежих помидоров	30	0,37	2,06	1,4	26,28	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Котлеты рыбные (минтай) с соусом томатным	80	11,85	7,98	8,30	152,52	100	13,63	9,97	10,2	185,4
Овощи припущенные	120	2,75	5,36	14,88	120,35	150	3,45	5,45	18,62	139,35
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	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		51,98	50,66	202,21	1496,5		65,12	63,90	253,35	1878,5

МЕНЮ на 14 июля 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)			Энергетич. ед (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Омлет натуральный	30	2,82	5,89	1,12	68,94	50	4,65	7,66	1,55	93,92
Каши жидкая из овсяных хлопьев " Геркулес" на напиток овсяном	150	4,66	5,36	28,74	184,03	200	6,28	7,23	38,46	246,62
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,20	9,66	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 огурцов	30	0,38	1,06	1,34	16,74	60	0,75	2,11	2,64	33,31
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей	175	5,26	6,44	7,93	111,13	195	5,30	6,45	8,14	112,18
Гуляш из отварного мяса (свинина)	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,70	1,63	155,80
Рис припущенный с овощами	110	2,48	2,33	23,30	124,61	130	2,94	3,40	27,61	153,29
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
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 свежих помидоров	30	0,37	2,06	1,40	26,28	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Котлеты рыбные (минтай) с соусом томатным	80	11,85	7,98	8,30	152,52	100	13,63	9,97	10,22	185,43
Овощи припущенные	120	2,75	5,36	14,88	120,35	150	3,45	5,45	18,62	139,35
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	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ед (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		51,98	50,66	202,21	1496,5		65,12	63,90	253,35	1878,5