

МЕНЮ на 14 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	37,4	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 овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
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)										
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	0,29	1,05	1,07	15,2	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Борщ из капусты с картофелем со сметаной с говядиной	180	4,4	5,61	6,96	96,47	200	4,54	6,51	7,73	108,33
Плов из булгура с отварной говядиной	170	17,9	12,42	26,49	298,68	200	20,44	14,17	34,84	361,13
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 ванильная	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										
Салат из свежих помидоров	40	0,49	3,08	1,87	38,01	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Зразы рыбные с яйцом	70	11,84	5,81	7,15	127,24	80	13,25	8,15	8,03	157,8
Картофель и овощи, тушенные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с молоком	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	47,0	20	1,52	0,16	9,84	47,0
Итого пищевая и энергетическая ценность										
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	
		66,24	55,57	202,21	1594,6		76,10	67,72	244,01	1916,19

МЕНЮ на 14 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 овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
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)										
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	0,29	1,05	1,07	15,20	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Борщ из капусты с картофелем со сметаной с говядиной	180	4,40	5,61	6,96	96,47	200	4,54	6,51	7,73	108,33
Плов из булгура с отварной говядиной	170	17,90	12,42	26,49	298,68	200	20,44	14,17	34,84	361,13
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 ванильная	50	5,35	3,55	16,73	119,95	50	5,35	3,55	16,73	119,95
Погурт питьевой	180	5,04	4,50	23,40	154,80	200	5,60	5,00	26,00	172,00
Ужин										
Салат из свежих помидоров	40	0,49	3,08	1,87	38,01	60	0,69	4,11	2,64	51,66
Зразы рыбные с яйцом	70	11,84	5,81	7,15	127,24	80	13,25	8,15	8,03	157,80
Картофель и овощи, тушенные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	150	3,28	3,37	22,52	133,68
Чай с молоком	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	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Итого пищевая и энергетическая ценность										
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	
		66,24	55,57	202,21	1594,6		76,10	67,72	244,01	1916,2