

МЕНЮ на 15 июля 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)			Энергетич.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Завтрак										
Подгарнировка из свежих огурцов	50	0,55	0,1	1,9	12	50	0,55	0,1	1,9	12
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,8	188,75
Чай с сахаром	180	0,1	0,01	8,02	32,68	180	0,1	0,01	10,01	40,66
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,81	14,55	72,96	40	3,00	1,08	19,40	97,28
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 огурцов	30	0,21	1,03	0,57	12,29	60	0,42	2,06	1,14	24,58
Суп картофельный с рисом с курицей	175	4,67	6,07	10,25	114,56	195	4,84	6,1	11,66	121,07
Рагу из овощей с говядиной	170	14,6	10,85	13,14	208,31	200	18,22	14,81	14,2	262,86
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										
Печенье	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										
Подгарнировка из свежих помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2	30	0,33	0,06	1,14	7,2
Куриное филе в сырном соусе	60	12,58	8,24	0,89	131,26	80	16,01	11,32	0,89	173,66
Макаронные изделия отварные	110	3,64	3,3	22,48	133,58	130	4,47	4,12	27,62	164,69
Чай ягодный	180	0,15	0,02	8,65	35,8	180	0,15	0,02	10,65	43,78
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.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		63,87	52,00	161,56			1379,95	77,21	65,55	