

МЕНЮ на 18 июля 2025 год (непереносимость БКМ)

Прием 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										
<i>Омлет натуральный</i>	30	2,82	5,89	1,12	68,94	50	4,65	7,66	1,55	93,92
<i>Каша жидкая из риса и пшена с курагой на напитке овсяном</i>	150	3,83	4,11	30,36	175,54	200	4,96	5,53	39,51	229,93
<i>Чай с шиповником</i>	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,25	0,81	14,55	72,96	40	3,00	1,08	19,40	97,28
Завтрак 2 (10 часов)										
<i>Груша</i>	100	0,40	0,30	10,30	47,00	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Обед										
<i>Салат из свежих помидоров и перца сладкого</i>	40	0,45	1,06	1,73	18,79	60	0,89	2,12	3,37	37,16
<i>Суп из овощей с курицей</i>	175	5,10	5,40	7,65	100,42	195	5,26	5,42	8,53	104,86
<i>Гуляши из отварного мяса (свинина)</i>	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,70	1,63	155,80
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	110	5,04	3,32	22,84	141,18	130	5,80	4,52	26,27	168,65
<i>Сок фруктовый</i>	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	10	0,66	0,12	3,96	19,80	20	1,32	0,24	7,93	39,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,66	47,00	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Полдник										
<i>Булочка с кунжутом</i>	50	4,42	5,13	27,74	174,64	50	4,42	5,13	27,74	174,64
<i>Сок фруктовый</i>	150	0,75	0,15	15,15	69,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Ужин										
<i>Салат из свежих огурцов</i>	30	0,45	1,06	1,32	16,49	60	0,90	2,12	2,64	32,98
<i>Котлеты рыбные (минтай) с соусом томатным</i>	80	11,85	7,98	8,30	152,52	100	13,63	9,97	10,22	185,43
<i>Картофель и овощи, тушеные в томатном соусе</i>	120	2,68	2,48	20,44	115,40	150	3,35	3,59	25,47	148,42
<i>Чай ягодный</i>	180	0,15	0,02	8,65	35,80	180	0,15	0,02	10,65	43,78
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,66	47,00	180	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	
		54,29	46,24	219,51			1528,97	67,10	59,33	