

МЕНЮ на 24 июля 2025 год (непереносимость БКМ)

Прием пищи,	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 помидоров	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
Омлет с картофелем	120	10,38	11,59	14,43	203,73	150	12,98	14,75	18,07	257,21
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	50	3,95	0,50	24,15	117,50
Завтрак 2 (10 часов)										
Банан	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед										
Венегрет овощной	40	0,43	1,37	2,21	23,32	60	0,83	2,73	4,28	45,94
Борщ из капусты с картофелем с курицей	175	5,00	6,37	7,29	106,78	195	5,15	6,39	8,13	110,95
Гуляш из отварного мяса (свинина)	60	9,33	7,81	1,46	116,29	80	12,32	10,70	1,63	155,80
Каша гречневая рассыпчатая	110	5,04	3,32	22,84	141,18	130	5,80	4,52	26,27	168,65
Напиток витаминный	180	0,38	0,12	14,88	64,41	180	0,40	0,13	18,35	79,45
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 овощей с кукурузой	30	0,49	1,11	1,59	18,34	60	0,95	2,20	3,07	36,04
Котлеты рыбные	70	10,77	8,51	6,37	145,06	80	12,30	9,04	7,42	160,14
Картофель отварной	120	2,48	3,49	20,21	122,45	150	3,10	4,62	25,27	155,31
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	30	2,37	0,30	14,49	70,50
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	
		58,54	50,56	210,97	1551,42		69,77	62,22	250,01	1861,61