

МЕНЮ на 29 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										
Омлет натуральный	30	2,82	5,89	1,12	68,94	50	4,65	7,66	1,55	93,92
Каша жидкая из пшеничной крупы на напитке овсяном	150	3,99	3,93	27,15	161,32	200	5,35	5,22	36,72	217,12
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	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Завтрак 2 (10 часов)										
Груша	100	0,40	0,30	10,30	47,00	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Обед										
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,38	1,06	1,34	16,74	60	0,75	2,11	2,64	33,31
Рассольник ленинградский (крупя перловая) с курицей	175	5,50	5,51	12,94	123,87	195	6,51	6,20	14,85	141,74
Рагу из овощей со свиной	170	14,12	13,73	13,24	237,83	200	18,13	17,57	15,55	298,89
Компот из смеси сухофруктов	180	0,53	0,04	14,83	62,57	180	0,53	0,05	16,72	70,15
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,93	39,60	30	1,98	0,36	11,90	59,40
Полдник										
Булочка с маком	50	5,06	7,00	29,39	200,60	50	5,06	7,00	29,39	200,60
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Ужин										
Поджаривание из свежих огурцов	30	0,24	0,03	0,75	4,20	30	0,24	0,03	0,75	4,20
Биточки из курицы с соусом томатным	70	9,97	9,21	6,99	151,19	100	13,40	12,33	9,48	203,27
Макаронные изделия отварные	110	3,96	2,47	25,38	139,66	130	4,73	2,56	30,32	163,32
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	23,50	20	1,58	0,20	9,66	47,00
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	
		52,95	50,08	205,92			1504,19	68,74	62,84	