

МЕНЮ на 4 июля 2025 год (непереносимость БМК)

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. ен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (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 овсяных хлопьев "Геркулес" на напиток овсяном	150	4,66	5,36	28,74	184,03	200	6,28	7,23	38,46	246,62
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,2	9,66	47
Завтрак 2 (10 часов)										
Груша	100	0,4	0,3	10,3	47	100	0,4	0,3	10,3	47
Обед										
Винегрет овощной	30	0,45	1,55	2,43	25,88	60	0,89	3,11	4,7	50,98
Суп из овощей с курицей	175	5,1	5,4	7,65	100,42	195	5,26	5,42	8,53	104,86
Биточки мясные (свинина, птица) с соусом томатным	70	8,12	8,66	7,55	140,34	100	10,91	11,42	11,01	190,27
Макаронные изделия отварные	110	3,96	2,47	25,38	139,66	130	4,73	2,56	30,32	163,32
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	180	0,9	0,18	18,18	82,8
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,2	9,66	47
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,12	3,96	19,8	20	1,32	0,24	7,93	39,6
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	200	1	0,2	20,2	92
Ужин										
Салат из свежих огурцов	30	0,45	1,06	1,32	16,49	60	0,9	2,12	2,64	32,98
Зразы рыбные с яйцом	70	10,77	8,51	6,37	145,06	80	12,3	9,04	7,42	160,14
Овощи припущенные	120	2,75	5,36	14,88	120,35	150	3,45	5,45	18,62	139,35
Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,02	8,2	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,7
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		50,37	50,68	209,57	1514,03		64,08	60,93	267,89	1898,36

МЕНЮ на 4 июля 2025 год (непереносимость БМК)

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. ен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (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 овсяных хлопьев "Геркулес" на напиток овсяном	150	4,66	5,36	28,74	184,03	200	6,28	7,23	38,46	246,62
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
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										
Винегрет овощной	40	0,45	1,55	2,43	25,88	60	0,89	3,11	4,70	50,98
Суп из овощей с курицей	175	5,10	5,40	7,65	100,42	195	5,26	5,42	8,53	104,86
Биточки мясные (свинина, птица) с соусом томатным	70	8,12	8,66	7,55	140,34	100	10,91	11,42	11,01	190,27
Макаронные изделия отварные	110	3,96	2,47	25,38	139,66	130	4,73	2,56	30,32	163,32
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,25	20	1,58	0,20	9,66	47,00
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,66	0,12	3,96	19,80	20	1,32	0,24	7,93	39,60
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 свежих огурцов	30	0,45	1,06	1,32	16,49	60	0,90	2,12	2,64	32,98
Зразы рыбные с яйцом	70	10,77	8,51	6,37	145,06	80	12,30	9,04	7,42	160,14
Овощи припущенные	120	2,75	5,36	14,88	120,35	150	3,45	5,45	18,62	139,35
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	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого пищевая и энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		50,37	50,68	209,57	1514,03		64,08	60,93	267,89	1898,36