

МЕНЮ на 4 июля 2025 год (основное)

Принем пищи,	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										
Каши геркулесовая молочная	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,40	7	0,04	5,78	0,06	52,36
Сыр	10	2,32	2,95		36,40	15	3,48	4,43		54,60
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Какао с молоком	180/8	3,39	3,50	12,89	97,70	180/10	3,39	3,50	14,88	105,68
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	0,43	1,37	2,21	23,32	60	0,83	2,73	4,28	45,94
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	180	4,53	5,66	6,97	97,52	200	4,69	6,56	7,73	109,44
Котлета из говядины с печенью, масло сливочное	60/3	9,14	7,60	7,73	135,87	80/5	11,50	9,76	9,13	170,54
Каши гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,90	155,84
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
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										
Вафли	30	2,25	2,94	22,32	125,10	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	97,20	200	5,80	5,00	8,40	108,00
Ужин										
Ясли- поджаривка из сладкого перца	30	0,39	0,03	1,59	8,10					
Зразы рыбная с яйцом, масло	70/3	11,86	8,29	7,17	149,68	80/5	13,28	12,28	8,07	195,20
Овощи запеченные	120	3,49	4,23	13,74	108,72	150	4,56	4,99	17,51	135,28
Чай с сахаром	180/8	1,55	1,61	10,37	62,68	180	1,55	1,61	12,36	70,66
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
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	
		59,51	54,91	179,99			73,55	72,46	250,21	

МЕНЮ на 4 июля 2025 год (основное)

Принем пищи,	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										
Каши геркулесовая молочная	150	5,14	3,45	21,51	137,92	200	6,95	4,67	29,97	189,81
Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,40	7	0,04	5,78	0,06	52,36
Сыр	10	2,32	2,95	-	36,40	15	3,48	4,43	-	54,60
Батон пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Какао с молоком	180/8	3,39	3,50	12,89	97,70	180/10	3,39	3,50	14,88	105,68
Груша	100	0,40	0,30	10,30	47,00	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Обед										
Винегрет овощной	40	0,43	1,37	2,21	23,32	60	0,83	2,73	4,28	45,94
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	180	4,53	5,66	6,97	97,52	200	4,69	6,56	7,73	109,44
Котлета из говядины с печенью, масло сливочное	60/3	9,14	7,60	7,73	135,87	80/5	11,50	9,76	9,13	170,54
Каши гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,90	155,84
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	180	0,90	0,18	18,18	82,80
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,20	20	1,12	0,22	9,88	46,40
Полдник										
Вафли	30	2,25	2,94	22,32	125,10	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	97,20	200	5,80	5,00	8,40	108,00
Ужин										
Ясли- поджаривка из сладкого перца	30	0,39	0,03	1,59	8,10	0	-	-	-	-
Зразы рыбная с яйцом, масло	70/3	11,86	8,29	7,17	149,68	80/5	13,28	12,28	8,07	195,20
Овощи запеченные	120	3,49	4,23	13,74	108,72	150	4,56	4,99	17,51	135,28
Чай с сахаром	180/8	1,55	1,61	10,37	62,68	180	1,55	1,61	12,36	70,66
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
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	
		59,91	55,21	190,29			73,55	72,46	250,21	