

Ежедневное меню до 3 лет на 18.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Неделя II	10 ДЕНЬ					
<u>Завтрак</u>	Каша пшеничная молочная	150	4,9	6,57	26,44	184,6
	Какао с молоком	180	6,3	5,2	31,00	185,00
	Булка с сыром	40	2,28	0,24	14,76	70,35
		12	2,6	2,8	0	34,4
<u>2 завтрак</u>	Сок фруктовый / фрукты (банан, яблоко, апельсин, груша)	50	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u>	Салат «Летний»	45	1,3	2,3	10,1	30,3
	Рассольник с куриным мясом	180	6,3	16,18	18,68	145,9
	Тушеная капуста с куриным мясом	120	11,432	9,368	11,316	180,8
	Компот из сухофруктов (смесь)	180	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u>	Гречневая каша с маслом и сахаром	130	5,9	3,326	32,5	171,6
	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	22,32	105,36
	Вафля (печенье, зефир)	40	1,7	6,6	19,8	147

Ежедневное меню с 3 лет на 18.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность
			Б	Ж	У	
Неделя II	10 ДЕНЬ					
<u>Завтрак</u>	Каша пшеничная молочная	200	6,41	7,72	31,5	200,17
	Какао с молоком	200	7	5,8	34,4	205,6
	Булка с сыром	40	3,04	0,32	19,68	93,8
		15	2,6	2,8	0	34,4
<u>2 завтрак</u>	Сок фруктовый / фрукты (банан, яблоко, апельсин, груша)	55	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u>	Салат «Летний»	40	2,2	3,9	16,8	50,5
	Рассольник с куриным мясом	200	7,0	10,175	37,85	182,375
	Тушеная капуста с куриным мясом	130	12,38	10,15	12,259	195,87
	Компот из сухофруктов (смесь)	200	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u>	Гречневая каша с маслом и сахаром	150	6,8	3,5	37,5	277,00
	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	24,8	117,1
	Вафля (печенье, зефир)	41	1,7	6,6	19,8	147