Ежедневное меню до 3 лет на 21.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическа		
		блюда	Б	Ж	y	я ценность		
Неделя I	1ДЕНЬ							
Завтрак	Каша геркулесовая на	150				188,4		
	сгущенном молоке		4,65	7,21	32,5			
	Какао на сгущенном	180	5,04	3,44	16,24	91,92		
	молоке	100	3,04	J, 44	10,24	91,92		
	Печенье с	20	2,16	6	13,44	115,68		
	повидлом	20	0	0	6,5	3,25		
2 завтрак	Сок фруктовый / фрукты							
	(банан, яблоко,	50	0,5	0,1	10,1	46,00		
	апельсин, груша)							
<u>Обед</u>	Суп вермишелевый с			- 0 4		1.0.1.00		
	картофелем и мясом	180	4,757	6,84	20,134	134,79		
	мяса							
	Овощное рагу с мясом	130	11,3	11,7	22,1	194,28		
	Компот из сухофруктов (смесь)	180	0,19	0	15,35	62,15		
	Хлеб ржаной	38	2,64	0,48	13,36	68,32		
Уплотненный полдник	Макароны с сыром и	120	6,86	11,4	28,95	199,83		
	маслом					177,03		
	Кисель плодово-ягодный	180	0,255	0,05	19,59	77,17		
	Булка с маслом	38/5	3,04	0,32	19,68	93,8		
		30/3	0,05	4,15	0,05	37,5		

Ежедневное меню с 3 лет на 21.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическа		
		блюда	Б	Ж	y	я ценность		
Неделя І	1 ДЕНЬ							
Завтрак	Каша геркулесовая на	200				188,4		
	сгущенном молоке		4,65	7,21	32,5			
	Какао на сгущенном	200	5,04	3,44	16,24	91,92		
	молоке	200	3,04	3,44	10,24	91,92		
	Печенье с	20	2,16	6	13,44	115,68		
	повидлом	24	0	0	6,5	3,25		
2 завтрак	Сок фруктовый / фрукты							
	(банан, яблоко,	100	0,5	0,1	10,1	46,00		
0.5	апельсин, груша)							
<u>Обед</u>	Суп вермишелевый с	200	1757	C 0.4	20.124	124.70		
	картофелем и мясом	200	4,757	6,84	20,134	134,79		
	Ополицо погу с мясом	130	11,3	11,7	22,1	194,28		
	Овощное рагу с мясом	130	11,3	11,/	22,1	·		
	Компот из сухофруктов (смесь)	200	0,19	0	15,35	62,15		
	Хлеб ржаной	38	2,64	0,48	13,36	68,32		
<u>Уплотненный</u> полдник	Макароны с сыром и	130	6,86	11,4	28,95	199,83		
	маслом							
	Кисель плодово-ягодный	200	0,255	0,05	19,59	77,17		
	Булка с маслом	20/0	3,04	0,32	19,68	93,8		
		38/8	0,05	4,15	0,05	37,5		