

Ежедневное меню до 3 лет на 11.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Неделя I	5 ДЕНЬ					
<u>Завтрак</u>	Каша «Дружба» молочная	150	4,5	7,64	29,8	167,4
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
	Зефир	45	2,28	0,24	14,76	70,35
<u>2 завтрак</u>	Сок фруктовый / фрукты (банан, яблоко, апельсин, груша)	60	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u>	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	40	0,3	2,1	1,335	26,625
	Щи из свежей капусты с куриным мясом	180	4,53	4,24	6,79	84,28
	Гречка с маслом	120	4,76	4,35	20,86	141,56
	Печень по-строгановски	60	8,2	5,9	4,41	104,71
	Компот из сухофруктов (смесь)	180	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	44	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u>	Куриное суфле	120	17,44	21,3	4,32	278,4
	Чай сладкий	180	1,08	0,081	16,2	71,64
	Булка с маслом и сыром	45/5/8	2,28	0,24	14,76	70,35
			0,05	4,15	0,05	37,5
			1,3	1,4	0	17,2

Ежедневное меню с 3 лет на 11.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность
			Б	Ж	У	
Неделя I	5 ДЕНЬ					
<u>Завтрак</u>	Каша «Дружба» молочная	200	6,0	10,18	39,7	223,16
	Чай с молоком	200	2,96	2,6	15,9	89
	Зефир	56	2,28	0,24	14,76	70,35
<u>2 завтрак</u>	Сок фруктовый / фрукты (банан, яблоко, апельсин, груша)	96	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u>	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	50	0,3	2,1	1,335	26,625
	Щи из свежей капусты с куриным мясом	200	5,032	4,712	7,544	93,64
	Гречка с маслом	130	5,35	5,5	27,96	155,63
	Печень по-строгановски	70	9,6	6,9	5,145	122,2
	Компот из сухофруктов (смесь)	200	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	44	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u>	Куриное суфле	130	18,9	23,1	4,68	301,6
	Чай сладкий	200	2,96	2,6	15,9	98,9
	Булка с маслом и сыром	45/7/12	3,04	0,32	19,68	93,8
			0,05	4,15	0,05	37,5
			1,3	1,4	0	17,2