

Ежедневное меню до 3 лет на 03.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя II	9 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(370гр.)</u>	Молочная вермишель	150	3,5	2,6	32,6	166,5
	Кофейный напиток с молоком	180	4,9	4,491	20,43	126,693
	Батон с повидлом	43	2,28	0,24	14,76	70,35
		15	0	0	6,5	25
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	70	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(600гр.)</u>	Весенний салат (огурец, помидор)	35	0,324	1,845	1,038	22,125
	Борщ с куриным мясом	180	8,5	7,2	7,4	131
	Рис со сливочным маслом	120	3,52	5,203	35,2	201,7
	Гуляш из курицы	60	7,9	5,6	1,626	88,54
	Компот яблочный	180	1,4	0,08	26,2	99,9
	Хлеб ржаной	42	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный</u> <u>полдник</u> <u>(275гр.)</u>	Сырники со сметаной	90	17,2	10,24	20,57	249,36
		25	0,375	3,0	0,51	30,9
	Кисель плодово-ягодный	180	0,38	0,075	29,39	115,76
<u>ИТОГО</u>			52,76	41,034	216,34	1425,1

Ежедневное меню с 3 лет на 03.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя II	9 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(450гр.)</u>	Молочная вермишель	200	4,6	3,4	43,4	222,00
	Кофейный напиток с молоком	200	6	10	21,8	150
	Батон с повидлом	43	3,04	0,32	19,68	93,8
		15	0	0	6,5	25,0
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	89	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(680гр.)</u>	Весенний салат (огурец, помидор)	40	0,54	3,075	1,73	36,88
	Борщ с куриным мясом	200	9,4	8	8,2	145,6
	Рис со сливочным маслом	130	3,82	5,64	38,14	218,514
	Гуляш из курицы	70	9,212	6,53	1,9	103,3
	Компот яблочный	200	1,6	0,1	29,1	111
	Хлеб ржаной	42	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный</u> <u>полдник</u> <u>(300гр.)</u>	Сырники со сметаной	100	17,2	10,24	20,57	249,36
		36	0,5	4,0	0,68	41,2
	Кисель плодово-ягодный	200	0,51	0,1	39,18	154,34
<u>ИТОГО</u>			58,902	51,87	251	1648,23