

### Ежедневное меню до 3 лет на 04.07.2025

| Прием пищи                                        | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|--------|--------|----------------------------|
| Неделя II                                         | 10 ДЕНЬ                              |                |                      |        |        |                            |
| <u>Завтрак</u><br><u>(365гр.)</u>                 | Каша манная молочная                 | 150            | 4,5                  | 8,1    | 23     | 183                        |
|                                                   | Какао с молоком                      | 180            | 6,3                  | 5,2    | 31,00  | 185,00                     |
|                                                   | Булка с сыром                        | 40             | 2,28                 | 0,24   | 14,76  | 70,35                      |
|                                                   |                                      | 8              | 2,6                  | 2,8    | 0      | 34,4                       |
| <u>2 завтрак</u><br><u>(100гр.)</u>               | Фрукты (банан)                       | 50             | 0,5                  | 0,1    | 10,1   | 46,00                      |
| <u>Обед</u><br><u>(540гр.)</u>                    | Салат «Летний»                       | 40             | 1,3                  | 2,3    | 10,1   | 30,3                       |
|                                                   | Рассольник с куриным мясом           | 180            | 6,3                  | 16,18  | 18,68  | 145,9                      |
|                                                   | Макароны со сливочным<br>маслом      | 120            | 4,5                  | 5,5    | 34,1   | 205,3                      |
|                                                   | Куриные биточки                      | 90             | 8,892                | 9,258  | 8,064  | 142,998                    |
|                                                   | Компот из сухофруктов (смесь)        | 180            | 0,19                 | 0      | 15,35  | 62,15                      |
|                                                   | Хлеб ржаной                          | 38             | 1,98                 | 0,36   | 10,02  | 51,24                      |
| <u>Уплотненный<br/>полдник</u><br><u>(340гр.)</u> | Гречневая каша с маслом и<br>сахаром | 150            | 5,9                  | 3,326  | 32,5   | 171,6                      |
|                                                   | Напиток из шиповника                 | 180            | 0,6                  | 0,24   | 22,32  | 105,36                     |
|                                                   | Зефир                                | 40             | 1,7                  | 6,6    | 19,8   | 147                        |
| ИТОГО                                             |                                      |                | 45,6                 | 54,814 | 218,95 | 1412,1                     |

### Ежедневное меню с 3 лет на 04.07.2025

| Прием пищи                                        | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|--------|--------|----------------------------|
| Неделя II                                         | 10 ДЕНЬ                              |                |                      |        |        |                            |
| <u>Завтрак</u><br><u>(445гр.)</u>                 | Каша манная молочная                 | 200            | 6                    | 10,8   | 30,6   | 244                        |
|                                                   | 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><br><u>(100гр.)</u>               | Фрукты (банан)                       | 55             | 0,5                  | 0,1    | 10,1   | 46,00                      |
| <u>Обед</u><br><u>(680гр.)</u>                    | Салат «Летний»                       | 50             | 2,2                  | 3,9    | 16,8   | 50,5                       |
|                                                   | Рассольник с куриным мясом           | 200            | 7,0                  | 10,175 | 37,85  | 182,375                    |
|                                                   | Макароны со сливочным<br>маслом      | 130            | 4,9                  | 6,96   | 36,9   | 222,4                      |
|                                                   | Куриные биточки                      | 95             | 10,374               | 10,801 | 9,408  | 166,831                    |
|                                                   | Компот из сухофруктов (смесь)        | 200            | 0,19                 | 0      | 15,35  | 62,15                      |
|                                                   | Хлеб ржаной                          | 38             | 1,98                 | 0,36   | 10,02  | 51,24                      |
| <u>Уплотненный<br/>полдник</u><br><u>(380гр.)</u> | Гречневая каша с маслом и<br>сахаром | 200            | 6,8                  | 3,5    | 37,5   | 277,00                     |
|                                                   | Напиток из шиповника                 | 200            | 0,67                 | 0,27   | 24,8   | 117,1                      |
|                                                   | Зефир                                | 49             | 1,7                  | 6,6    | 19,8   | 147                        |
| ИТОГО                                             |                                      |                | 54,95                | 62,4   | 303,21 | 1900,4                     |