

Ежедневное меню до 3 лет на 18.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя II	6 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(360 гр.)</u>	Кулеш гречневый со сгущенным молоком	150	6,24	9,815	34,61	266,79
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	5,4	9,00	19,6	135,00
	Печенье	20	2,28	0,24	14,76	70,35
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	50	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(510 гр.)</u>	Суп пшенный с рыбными консервами (сайра)	180	7,326	2,9	11,988	108,612
	Макаронник с мясом	120	13,9	11,6	19,81	252,68
	Компот из сухофруктов (смесь)	180	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	36	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u> <u>(335 гр.)</u>	Омлет	110	10,56	18,96	2,136	221,64
	Чай сладкий	180	1,08	0,081	16,2	71,64
	Булка с маслом	42	2,28	0,24	14,76	70,35
		5	0,05	4,15	0,05	37,5
ИТОГО			51,79	57,446	169,38	1342,71

Ежедневное меню с 3 лет на 18.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя II	6 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(430 гр.)</u>	Кулеш гречневый со сгущенным молоком	200	8,32	13,09	78,61	455,72
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	6	10	21,8	150
	Печенье	20	2,28	0,24	14,76	70,35
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	62	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(570гр.)</u>	Суп пшенный с рыбными консервами (сайра)	200	8,14	3,2	13,32	120,68
	Макаронник с мясом	130	15,1	12,6	21,5	273,74
	Компот из сухофруктов (смесь)	200	0,19	0	15,35	62,15
	Хлеб ржаной	36	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный</u> <u>полдник</u> <u>(375гр.)</u>	Омлет	130	11,44	20,54	2,314	240,11
	Чай сладкий	200	2,96	2,6	15,9	98,9
	Булка с маслом	42	3,04	0,32	19,68	93,8
		5	0,05	4,15	0,05	37,5
<u>ИТОГО</u>			60	67,2	223,404	1700,2