

Ежедневное меню до 3 лет на 29.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя I	4 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(365 гр.)</u>	Каша манная молочная	150	4,5	8,1	23	183
	Кофейный напиток с молоком	180	4,9	4,491	20,43	126,693
	Батон с повидлом	37	2,28	0,24	14,76	70,35
		25	0	0	6,5	25
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	130	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(540 гр.)</u>	Салат из свежей капусты с растительным маслом	45	0,5334	2,69	4,182	38,64
	Суп гороховый с куриным мясом	180	14,3	12	40,3	254,7
	Картофель тушеный с курицей	120	9,6	9,4	9,7	161,6
	Компот с изюмом	180	0,43	0	21,42	81
	Хлеб ржаной	32	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u> <u>(325гр.)</u>	Творожная запеканка со сметанной	70	22,802	15,7	22,3	321,10
		22	0,375	3,0	0,51	30,9
	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	22,32	105,36
<u>ИТОГО</u>			62,8	56,32	205,54	1495,6

Ежедневное меню с 3 лет на 29.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность
Неделя I	4 ДЕНЬ			

<u>Завтрак</u> <u>(445 гр.)</u>	Каша манная молочная	200	6	10,8	30,6	244
	Кофейный напиток с молоком	200	5,49	4,99	22,7	140,77
	Батон с повидлом	37	3,04	0,32	19,68	93,8
		29	0	0	6,5	25
<u>2 завтрак</u> <u>(100гр.)</u>	Сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	46,00
<u>Обед</u> <u>(610 гр.)</u>	Салат из свежей капусты с растительным маслом	50	0,7112	2,864	5,576	51,52
	Суп гороховый с куриным мясом	200	17,85	15,00	50,375	318,375
	Картофель тушеный с курицей	130	10,4	10,1	10,5	175,1
	Компот с изюмом	200	0,48	0	55,8	90
	Хлеб ржаной	32	1,98	0,36	10,02	51,24
<u>Уплотненный полдник</u> <u>(370гр.)</u>	Творожная запеканка со сметанной	85	26,31	18,1	25,73	370,5
		27	0,5	4,0	0,68	41,2
	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	24,8	117,1
<u>ИТОГО</u>			73,9	66,9	273,1	1764,61