

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯВАЕМЫХ БЛЮД

Дата: 28.03.2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы	Вес блюда 2-3 года	Белки	жиры	углеводы	Вес блюда 3-7 лет
Завтрак	Суп молочный вермишелевый с маслом	7,9	10,1	18,0	150	7,9	10,1	18,0	200
	Батон	2,9	1,9	30,95	25	2,9	1,9	30,95	30
	Чай	0,0	0,0	12,9	150	0,0	0,0	12,9	200
Итого за завтрак		10,8	12,0	61,85	325	10,8	12,0	61,85	430
Завтрак	Фрукты	1,5	0,1	19,2	100	1,5	0,1	19,2	100
Второй завтрак	Фрукты	1,5	0,1	19,2	100	1,5	0,1	19,2	100
Обед	Свекольник на к/б со сметаной	4,7	6,5	13,8	150/10	4,7	6,5	13,8	200/10
	Капуста тушеная с мясом	23,34	24,05	33,15	130	23,34	24,05	33,15	140
	Хлеб пшеничный	8,91	1,1	53,68	70	8,91	1,1	53,68	80
	Хлеб Дарницкий	5,3	0,6	23,08	30	5,3	0,6	23,08	30
	Компот из с/ф	0,4	0,0	26,23	150	0,4	0,0	26,23	200
Итого за обед		43,4	35,95	157,64	540	43,4	35,95	157,64	660
Полдник	Запеканка творожная	13,5	13,2	65,4	70	13,5	13,2	65,4	170
	Кисломолочный продукт	5,6	6,4	9,4	150	5,6	6,4	9,4	200
Итого за полдник		19,1	19,6	74,8	210	19,1	19,6	74,8	370
Итого за день		74,8	67,56	313,49	1175	74,8	67,56	313,49	1560

