

Меню на 25.02.2025 г (2 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

| Прием пищи          | Наименование блюда                                           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                     |                                                              |                | Б                   | Ж     | У      |                                      |
| День 5              |                                                              |                |                     |       |        |                                      |
| ЗАВТРАК             | Каша из смеси круп(ячневая,овсяная,пшеничная)молочная вязкая | 180            | 9,05                | 13,14 | 42,62  | 324,11                               |
| ЗАВТРАК             | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)               | 35             | 1,07                | 1,91  | 20,39  | 100,61                               |
| ЗАВТРАК             | Чай с лимоном (1-й вариант)                                  | 150            | 0,19                | 0,00  | 11,42  | 45,87                                |
| ЗАВТРАК 2           | Соки овощные, фруктовые и ягодные                            | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,20  | 68,00                                |
| ОБЕД                | Салат из свеклы отварной                                     | 45             | 0,64                | 2,29  | 3,76   | 38,18                                |
| ОБЕД                | Суп с рыбными консервами                                     | 160            | 14,80               | 3,63  | 11,31  | 137,49                               |
| ОБЕД                | Жаркое по-домашнему                                          | 150            | 17,04               | 8,11  | 13,59  | 195,78                               |
| ОБЕД                | Кисель из концентрата плодового или ягодного                 | 150            | 0,00                | 0,00  | 7,48   | 28,43                                |
| ОБЕД                | Хлеб пшеничный                                               | 40             | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 94,00                                |
| ОБЕД                | Хлеб ржаной                                                  | 40             | 1,06                | 0,19  | 5,34   | 27,84                                |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Пудинг из творога с рисом                                    | 110            | 13,81               | 11,08 | 22,56  | 299,89                               |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Молоко сгущенное                                             | 20             | 0,14                | 0,17  | 1,11   | 6,56                                 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Какао с молоком (1-й вариант)                                | 150            | 2,79                | 2,75  | 18,72  | 108,36                               |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Плоды свежие -яблоко                                         | 100            | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 47,00                                |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:      |                                                              | 1430           | 64,33               | 44,09 | 202,98 | 1522,12                              |

Меню на 25.02.2025 г (2 день)

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи          | Наименование блюда                                           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                     |                                                              |                | Б                   | Ж     | У      |                                      |
| День 5              |                                                              |                |                     |       |        |                                      |
| ЗАВТРАК             | Каша из смеси круп(ячневая,овсяная,пшеничная)молочная вязкая | 250            | 12,58               | 18,25 | 59,20  | 450,15                               |
| ЗАВТРАК             | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)               | 50             | 1,53                | 2,73  | 29,14  | 143,73                               |
| ЗАВТРАК             | Чай с лимоном (1-й вариант)                                  | 200            | 0,26                | 0,00  | 15,22  | 61,16                                |
| ЗАВТРАК 2           | Соки овощные, фруктовые и ягодные                            | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,20  | 68,00                                |
| ОБЕД                | Салат из свеклы отварной                                     | 60             | 0,85                | 3,05  | 5,02   | 50,91                                |
| ОБЕД                | Суп с рыбными консервами                                     | 180            | 16,65               | 4,09  | 12,73  | 154,67                               |
| ОБЕД                | Жаркое по-домашнему                                          | 200            | 22,72               | 10,82 | 18,12  | 261,04                               |
| ОБЕД                | Кисель из концентрата плодового или ягодного                 | 200            | 0,00                | 0,00  | 9,98   | 37,90                                |
| ОБЕД                | Хлеб пшеничный                                               | 50             | 3,80                | 0,40  | 24,60  | 117,50                               |
| ОБЕД                | Хлеб ржаной                                                  | 50             | 1,32                | 0,24  | 6,68   | 34,80                                |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Пудинг рисовый                                               | 130            | 16,32               | 13,09 | 26,66  | 354,42                               |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Молоко сгущенное                                             | 30             | 0,22                | 0,26  | 1,67   | 9,84                                 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Какао с молоком (1-й вариант)                                | 200            | 3,72                | 3,66  | 24,96  | 144,48                               |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Плоды свежие -яблоко                                         | 100            | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 47,00                                |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:      |                                                              | 1800           | 80,67               | 57,09 | 258,98 | 1935,6                               |