

Меню на 27.05.2025 г (7 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

| Прием пищи          | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическа<br>я ценность<br>(ккал) |
|---------------------|------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|---------------------------------------|
|                     |                                                |                | Б                   | Ж     | У      |                                       |
| День 5              |                                                |                |                     |       |        |                                       |
| ЗАВТРАК             | Каша ячневая вязкая                            | 180            | 7,09                | 9,22  | 30,94  | 235,42                                |
| ЗАВТРАК             | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант) | 35             | 1,07                | 1,91  | 20,39  | 100,61                                |
| ЗАВТРАК             | Чай с молоком (1-й вариант)                    | 150            | 1,28                | 1,20  | 13,02  | 66,57                                 |
| ЗАВТРАК 2           | Соки овощные, фруктовые и ягодные              | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,20  | 68,00                                 |
| ОБЕД                | Салат из свеклы с зеленым горошком             | 40             | 0,67                | 2,47  | 3,28   | 38,18                                 |
| ОБЕД                | Щи из свежей капусты                           | 180            | 1,30                | 3,69  | 4,72   | 57,96                                 |
| ОБЕД                | Каша гречневая рассыпчатая                     | 150            | 8,77                | 6,43  | 39,51  | 250,72                                |
| ОБЕД                | Гуляш из говядины                              | 70             | 12,96               | 6,65  | 2,24   | 120,73                                |
| ОБЕД                | Компот из смеси сухофруктов                    | 150            | 0,08                | 0,00  | 14,55  | 55,35                                 |
| 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 | Запеканка из творога с манной крупой           | 110            | 19,00               | 12,43 | 17,08  | 253,68                                |
| 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                                |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:      |                                                | 1515           | 60,45               | 47,73 | 213,88 | 1526,98                               |

Меню на 27.05.2025 г (7 день)

Категория: Дети 3-7 лет

| Прием пищи             | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |            | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------|------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|------------|-----------------------------------|
|                        |                                                      |                | Б                   | Ж     | У          |                                   |
| День 5                 |                                                      |                |                     |       |            |                                   |
| ЗАВТРАК                | Каша ячневая вязкая                                  | 250            | 9,85                | 12,80 | 42,9<br>8  | 326,97                            |
| ЗАВТРАК                | Бутерброды с джемом<br>или повидлом (1-й<br>вариант) | 50             | 1,53                | 2,73  | 29,1<br>4  | 143,73                            |
| ЗАВТРАК                | Чай с молоком (1-й<br>вариант)                       | 200            | 1,70                | 1,60  | 17,3<br>6  | 88,76                             |
| ЗАВТРАК 2              | Соки овощные,<br>фруктовые и ягодные                 | 100            | 0,30                | 0,10  | 15,2<br>0  | 68,00                             |
| ОБЕД                   | Салат из свеклы с<br>зеленым горошком                | 60             | 1,00                | 3,71  | 4,92       | 57,27                             |
| ОБЕД                   | Щи из свежей капусты                                 | 250            | 1,80                | 5,12  | 6,55       | 80,50                             |
| ОБЕД                   | Каша гречневая<br>рассыпчатая                        | 180            | 10,53               | 7,72  | 47,4<br>1  | 300,87                            |
| ОБЕД                   | Гуляш из говядины                                    | 80             | 14,81               | 7,60  | 2,56       | 137,98                            |
| ОБЕД                   | Компот из смеси<br>сухофруктов                       | 200            | 0,10                | 0,00  | 19,4<br>0  | 73,80                             |
| ОБЕД                   | Хлеб пшеничный                                       | 50             | 3,80                | 0,40  | 24,6<br>0  | 117,50                            |
| ОБЕД                   | Хлеб ржаной                                          | 50             | 1,32                | 0,24  | 6,68       | 34,80                             |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | Запеканка из творога с<br>манной крупой              | 130            | 22,45               | 14,69 | 20,1<br>9  | 299,81                            |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | Молоко сгущенное                                     | 30             | 0,22                | 0,26  | 1,67       | 9,84                              |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | Какао с молоком (1-й<br>вариант)                     | 200            | 3,72                | 3,66  | 24,9<br>6  | 144,48                            |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:         |                                                      | 1930           | 74,03               | 60,83 | 271,<br>72 | 1927,31                           |