

Меню на 28.01.2025 г (2 день)

Категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>День 5</b>						
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
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1430</b>	<b>64,33</b>	<b>44,09</b>	<b>202,98</b>	<b>1522,12</b>

Меню на 28.01.2025 г (2 день)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>День 5</b>						
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
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1800</b>	<b>80,67</b>	<b>57,09</b>	<b>258,98</b>	<b>1935,6</b>