

меню на 09.07.2025, с 2 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Химические вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	150/5	2,4	3,82	16,1	108	№ 185 стр.195
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	№397 стр.314
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,73	6,88	14,56	139	№3 стр.96
итого за завтрак		345	10,28	13,42	43,62	336	
2-й завтрак	Сок в инд.упаковке "Вишня-яблоко"	200	0,9		15	97	№399 стр. 315
итого за 2-й завтрак		200	0,9		15	97	
ОБЕД	Борщ с картофелем со сметаной	150/10	2	3,4	8,46	65,85	№58 стр.122
	Котлета рубленая из птицы	60	80,89	9,26	5,95	143	№305 стр.271
	Рис с овощами	125	6,3	4,2	28,5	177	№188 стр. 182
	Овощи свежие (огурец)	30	0,24		0,75	0,4	
	Кисель из сока "Мультифрукт"	150	0,42	0,04	22,6	92,7	№382 стр. 307
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,4	13,6	72,4	
итого за обед		565	20,36	17,3	80,15	555,52	
ПОЛДНИК	Биточки рыбные (минтай) запеченные с маслом сливочным	60/5	8,02	2,82	5,99	81	№255 стр. 239
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	109,8	№ 321 стр. 280
	Кофейный напиток	150	2,34	2	10,63	70	№395 стр.314
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,3	35,6	
итого за полдник		350	14	80.81	40,27	296,4	
УЖИН	Чай с сахаром	150	0,4	0,01	6,99	28	№392 стр.312
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,3	35,6	
итого за ужин		165	1,59	0,16	14,25	63,6	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ		1625	47,1	39,6	193	1348,15	