

Меню на 24.04.2025, с 3 до 8 лет

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	химические вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	суп молочный с макаронными изделиями	200/2	5,75	5,21	18,8	145	№ 93 стр 138
	чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,99	58	№392 стр.312
	бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	№1 стр.95
итого за завтрак		442	8,28	12,78	43,41	339	
2-й завтрак	Био-йогурт в индивидуальной упаковке "Абрикос"	125	3,5	2,5	11,8	83	
итого за 2-й завтрак		125	3,5	2,5	11,8	83	
ОБЕД	суп картофельный с клецками	200	1,64	2,48	10	69,2	№135 стр.135
	гуляш из отварного мяса говядины	160	20,63	16,3	5,24	250	№277 стр.253
	картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,5	137,4	№321 стр.280
	овощи соленые (огурец)	50	0,18	0	1,74	7,62	
	компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,7	113	№ 376 стр.304
	хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,5	17	90,5	
итого за обед		810	29,25	24,1	82,12	667,72	
ПОЛДНИК	запеканка из творога с морковью с яблочным повидлом	180/20	17,5	15,4	43,5	421	№238 стр.229
	какао с молоком	200	4,07	3,51	17,57	119	№397 стр.314
	хлеб пшеничный	25	1,92	0,75	12,5	65,5	
	вафли	40	2,3	5	38	206	
итого за полдник		465	25,79	24,66	111,57	811,5	
УЖИН	молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	№400 стр.315
	хлеб пшеничный	25	1,92	0,75	12,5	65,5	
итого за ужин		205	7,4	5,63	27,2	167,5	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ		2045	74,2	69,67	290,57	2068,72	