

Меню на «13» мая 2022 года

Возрастная категория до 3-х лет

№	Наименование блюда	Масса порции	Четверг			Энергетическая ценность (Ккал)
			Пищевые вещества			
Завтрак			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Каша манная молочная	150	6	7	19	161
2	Какао на молоке	150	5	5	12	109
3	Батон с сыром	25/8	4	3	13	95
	Всего за завтрак:	333	15	15	44	365
2-завтрак						
1	Банан	100	1,5		21	110
	Всего за 2-й завтрак:	100	1,5		21	110
Обед						
1	Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	5	7	12	131
2	Биточек куриный	60	8	11	4	140
3	Каша гороховая	80	7	3	15	123
4	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
5	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,5		11	52,5
6	Компот из сухофруктов	150			12	46
	Всего за обед:	490	23,5	21	66	551,5
Полдник						
1	Печенье	30	2	6	20	120
2	Чай сладкий	150			5	20
	Всего за полдник:	180	2	6	25	140
Ужин						
1	Картофель в сметане	188	3	3	24	134
2	Чай сладкий	150			5	20
3	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
	Всего за ужин:	363	5	3	41	213
	Всего за день:		47	45	157	1379,5



Меню на «13» мая 2022 года

Возрастная категория от 3-7 лет

Четверг						
№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
1	Каша манная молочная	180	7	8	24	197
2	Какао на молоке	180	5	6	14	131
3	Батон с сыром	30/10	5	3,5	16	115
	Всего за завтрак:	400	17	17,5	54	443
2-завтрак						
1	Сок фруктовый	100	1		10	46
	Всего за 2-й завтрак:	100	1		10	46
Обед						
1	Рассольник на курином бульоне со сметаной	180	6	8	13	153
2	Биточек куриный	70	9	12	5	167
3	Каша гороховая	100	8	4	18	155
4	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
5	Хлеб ржано-пшеничный	28	2		12	59
6	Компот из сухофруктов	180			14	57
	Всего за обед:	583	27	24	74	650
Полдник						
1	Печенье	50	3,5	9,5	34	200
2	Чай сладкий	180			7	28
	Всего за полдник:	230	3,5	9,5	41	228
Ужин						
1	Картофель в сметане	191	4	6	27	187
2	Чай сладкий	180			7	28
3	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
	Всего за ужин:	396	6	6	46	274
	Всего за день:		54,5	57	225	1641