

Меню на «17» мая 2022 года

Возрастная категория до 3-х лет

Четверг						
№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
1	Каша ячневая молочная	150	5	7	18	155
2	Батон с маслом	30	2	4	11	87
3	Кофейный напиток на молоке	150	4	5	12	109
	Всего за завтрак:	330	11	16	41	351
2- завтрак						
1	Сок фруктовый	100	1		10	46
	Всего за 2-й завтрак:	100	1		10	46
Обед						
1	Суп с клецками на м/к бульоне	150	7	5	17	142
2	Картофель тушеный с мясом	140	14	7	13	187
3	Салат из зеленого горошка	10		1	1	15
4	Хлеб пшеничный	20	2		10	47
5	Хлеб ржаной	24	2		13	61
6	Компот из быстрозамороженных ягод	150			7	30
	Всего за обед:	494	25	13	61	482
Полдник						
1	Ватрушка с творогом	60	5	6	24	168
2	Чай сладкий	150			5	20
	Всего за полдник:	210	5	6	29	188
Ужин						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5	7	18	161
2	Чай сладкий	150			5	20
	Всего за ужин:	300	5	7	23	181
	Всего за день:		47	42	164	1248



Меню на «17» 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 ячневая молочная	180	6	8	22	191
2	Батон с маслом	35	2	4	16	114
3	Кофейный напиток на молоке	180	5	5	15	125
	Всего за завтрак:	395	13	17	53	430
2- завтрак						
1	Сок фруктовый	100	1		10	46
	Всего за 2-й завтрак:	100	1		10	46
Обед						
1	Суп с клецками на м/к бульоне	180	8	6	18	157
2	Картофель тушеный с мясом	160	17	9	14	219
3	Салат из зеленого горошка	15		2	1	23
4	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
5	Хлеб ржаной	28	1		11	53
6	Компот из быстрозамороженных ягод	180			8	34
	Всего за обед:	588	28	17	64	545
Полдник						
1	Ватрушка с творогом	80	7	8	32	223
2	Чай сладкий	180			6	24
	Всего за полдник:	260	7	8	38	247
Ужин						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	6	9	23	197
2	Чай сладкий	180			6	24
	Всего за ужин:	360	6	9	29	221
	Всего за день:		55	51	194	1489