

У

Меню на «19» 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 «Дружба» молочная	150	5	7	20	168
2	Батон с маслом	30	2	5	13	104
3	Какао на молоке	150	5	5	12	110
	Всего за завтрак:	330	12	17	45	382
2-завтрак						
1	Яблоко	90			9	42
	Всего за 2-й завтрак:	90			9	42
Обед						
1	Борщ на г/б со сметаной	150	4	4	6	77
2	Плов с мясом	160	10	9	19	194
3	Огурец соленый	15				2
4	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
5	Хлеб ржано-пшеничный	32	1		7	32
6	Компот из сухофруктов	150			12	46
	Всего за обед:	532	17	13	56	410
Полдник						
1	Батон с кабачковой икрой	48	3	2	19	102
2	Чай сладкий	150			5	20
	Всего за полдник:	198	3	2	24	122
Ужин						
1	Салат «Зимний»	90	1	2	9	61
2	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
3	Чай сладкий	150			5	20
	Всего за ужин:	265	3	2	26	140
	Всего за день:		35	34	160	1096

21

Меню на «19» 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 «Дружба» молочная	180	6	9	25	207
2	Батон с маслом	35	2	4	16	114
3	Какао на молоке	180	5	6	14	131
	Всего за завтрак:	395	13	19	55	452
2-завтрак						
1	Яблоко	100			10	47
	Всего за 2-й завтрак:	100			10	47
Обед						
1	Борщ на г/б со сметаной	180	5	5	8	90
2	Плов с мясом	200	11	9	19	205
3	Огурец соленый	25				1
4	Хлеб пшеничный	30	2		17	71
5	Хлеб ржано-пшеничный	28	2		12	59
6	Компот из сухофруктов	180			15	57
	Всего за обед:	643	20	14	71	483
Полдник						
1	Батон с кабачковой икрой	54	4	2	20	113
2	Чай сладкий	180			5	20
	Всего за полдник:	234	4	2	25	133
Ужин						
1	Салат «Зимний»	120	2	3	12	81
2	Хлеб пшеничный	25	2		12	59
3	Чай сладкий	180			6	24
	Всего за ужин:	325	4	3	30	164
	Всего за день:		41	38	191	1279