

1,5-3 лет

меню на

06.03.2024

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Запеканка манная с плодами свежими	150	5,8	4,8	32,2	268,80
	Соус клюквенный	15	0,008	0,003	2,00	7,80
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,50	0,07	49,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
Завтрак2	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,5
	Нектар яблочно-морковный	100	0,1		10,3	42,00
Обед	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	0,2	2,9	1	30,60
	Борщ сибирский	165	3,1	3,8	5,3	135,60
	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	170	9,2	2,4	15,8	119,79
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,33	0,01	20,83	84,80
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
Полдник	Пирожок печеный с рисом и яйцом	60	4,0	2,9	30,4	158,60
	Варенец с лактулозой	180	4,3	3,7	6,7	101,00
Ужин	Винегрет овощной	40	0,5	3,0	3,3	52,30
	Макаронные изделия отварные	110	3,5	4,5	18,6	150,00
	Сердце тушеное в соусе	60	5,4	3,1	4,2	89,82
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Чай с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40
			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			46,3	42,6	222,9	1684,7

3-7 лет

меню на**06.03.2024**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Запеканка манная с плодами свежими	200	7,2	6,4	52,2	358,40
	Соус клеквенный	30	0,016	0,006	4,0	15,6
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	0,1	7,8	0,1	70,90
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
Завтрак2	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,8	17,0	107,50
	Нектар яблочно-морковный	100	0,1	0	10,3	42,00
Обед	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	60	0,3	4,4	1,6	45,97
	Борщ сибирский	200	3,8	4,6	6,4	164,40
	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	200	9,6	2,8	16,1	122,30
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	0,38	0,01	25,00	101,76
Полдник	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Пирожок печеный с рисом и яйцом	70	4,7	3,1	35,4	185,0
	Варенец с лактулозой	200	5,2	4,4	8,0	121,20
	Винегрет овощной	60	0,8	4,5	5,0	78,55
	Макаронные изделия отварные	130	4,2	5,4	22,3	180,66
	Сердце тушеное в соусе	70	7,5	5,1	6,3	128,00
Ужин	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0
			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
			58,1	60,3	288,8	
						2131,3