

Меню на 17.03.2025



Примечание	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы			
Завтрак	Каша ячневая	150	200	146	195,00	4,5	6,00	3,9	5,30	25,3	33,70		
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90		
	Батон/масло	20/6	30/9	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52		
	10-00 Сок	160	200	73,6	92,00	0,8	1,00	0	-	16,16	20,20		
Итого за завтрак:				412,32	545,58	9,8	13,27	11,64	16,45	68,98	92,32		
Обед	Свекольник со сметаной	180	200	83	93,00	1,6	1,70	3,9	4,40	12,4	13,70		
	Макароны отварные	130	150	163	188,00	4,6	5,31	3,27	3,77	28,09	32,41		
	Гуляш из говядины	60/20	70/30	132	150,00	8,9	10,30	9,4	11,00	2,3	2,60		
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69	0,28	0,33	14,37	16,77		
	Хлеб Чусовской	30	35	67,5	78,50	2,16	0,29	0,29	0,45	13,35	15,57		
	Салат Кукуруза/лук	50	60	42,5	51,00	1,5	1,80	0,5	0,60	7,5	9,00		
	Компот из кураги	150	180	38,7	46,44	0,45	1,08	0	-	9,7	11,64		
Итого за обед:				597,5	689,54	21,52	23,17	17,64	20,55	87,71	101,69		
Полдник	Булочка домашняя	65	65	263,17	263,17	4,92	4,92	8,71	8,71	41,26	41,26		
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10		
Итого за полдник:				309,17	318,17	5,97	6,18	9,77	9,99	49,68	51,36		
Итого за день:				1318,99	1553,29	37,29	42,62	39,05	46,99	206,37	245,37		