

Меню на 07.03.2025



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
Федеральный научный центр № 5 «Елочка»
Таушканова А.Н.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша гречневая	150	200	119	158,00	5,3	7,00	3,2	4,20	19,8	26,40
	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 Напиток витаминизированный	200	200	80	80,00	0	-	0	-	19	19,00
Итого за завтрак:				391,72	496,58	9,8	13,27	10,94	15,35	66,32	83,82
Обед	Свекольник со сметаной	180	200	83	93,00	1,6	1,70	3,9	4,40	12,4	13,70
	Запеканка рыбнорисовая	150	200	219	292,00	18,15	24,20	10,47	13,90	13,11	17,48
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30
	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	2,52	0,29	0,45	13,35	15,57
	Салат моркови/кукуруза	40	60	41,69	62,53	0,62	0,93	2,87	4,30	3,33	4,99
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
Итого за обед:				572,79	721,93	25,57	33,07	19,54	25,85	74,56	90,31
Полдник	Коржик	85	85	345,95	345,95	5,86	5,86	11,8	11,80	26,86	26,86
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
	Конфеты	15	17	152	190,00	38,4	48,00	0	-	0	-
	Итого за полдник:			543,95	590,95	45,31	55,12	12,86	13,08	35,28	36,96
Итого за день:				1508,46	1809,46	80,68	101,46	43,34	54,28	176,16	211,09