

Меню на 28.03.2025



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	лет	лет	лет	лет	лет	лет
День 15		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы			
З а в т р а к	Каша пшеничная	150	200	154,5	206,00	4,9	6,53	4,47	5,97	23,43	31,23		
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	3,87	2,16	3,48	10,02	22,90		
	Батон/масло	206	309	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:				386,82	515,58	9,56	13,8	11,76	17,12	59,95	89,85		
о б е д	Суп Харчо	180	200	92,03	102,26	6,46	7,18	2,65	2,94	10,58	11,76		
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30		
	Корнлеты рыбные	60	70	63	74,00	8,2	9,60	1,2	1,40	4,8	5,60		
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69	0,28	0,33	14,37	16,77		
	Хлеб Чуевской	30	35	67,5	78,50	2,16	2,52	0,29	0,45	13,35	15,57		
	Компот из сухофрукто	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37		
	Салат из свеклы с соевым соусом	50	60	51	61,00	0,6	0,70	4,1	4,90	3,8	4,60		
Итого за обед:				533,9	630,12	22,66	26,1	12,23	14,23	84,58	100,97		
п о д н и к	Печенье	50	60	240	336,00	3,5	4,90	10,5	14,70	33	46,20		
	Молоко кипяченое	150	180	85	102,00	4,58	5,49	4,08	4,90	7,58	9,09		
Итого за полдник:				325	438	8,08	10,39	14,58	19,6	40,58	55,29		
Итого за день:				1245,72	1583,7	40,3	50,29	38,57	50,95	185,11	246,11		