

Меню на 05.05.2025

Эльза



Примечание	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
День 1		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша манная	150	200	133	178,00	3,98	5,31	3,81	5,09	20,64	27,51
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	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:				365,32	487,58	8,64	11,42	11,1	15,35	57,16	75,25
Обед	Суп гороховый	180	200	106	118,00	3,8	4,30	3,6	4,00	16,7	18,60
	Макароны отварные	130	150	163	188,00	4,6	5,31	3,27	3,77	28,09	32,40
	Тефтели в том.соусе	60/20	70/30	140	169,00	8,7	10,30	8,8	10,70	7,2	8,70
	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
	Кисель	150	180	84,75	101,70	0,08	0,09	0,08	0,09	20,93	25,10
	Икра кабачковая	50	60	45	54,00	0	-	3,5	4,20	3,5	4,20
Итого за обед:				677,05	791,8	21,65	25,21	19,82	23,54	104,14	121,34
Полдник	Шашлычок картофельная	65	65	235,5	235,53	6,47	6,47	7,12	7,12	36,4	36,40
	Чай с сахаром	150	200	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01	6,82	9,18
Итого за полдник:				261,5	270,53	6,5	6,51	7,13	7,13	43,22	45,58
Итого за день:				1303,87	1549,91	36,79	43,14	38,05	46,02	204,52	242,17