

МКД 200



Меню на 20.08.2025

Прим. пища	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	лет	1,5-3	3-7	лет	1,5-3	3-7
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы			
День 18													
З я в т р я к	Каша "Дружба"	150	200	132	175,00	3,7	5,00	4,4	5,90	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 Соус	160	200	73,6	92,00	0,8	1,00	0	-	16,16	20,20		
	Итого за завтрак:			398,32	525,58	9	12,27	12,14	17,05	63,48	85,02		
о б е д	Куриный бульон с гренками	180	200	141,6	157,30	10,7	11,88	10,8	12,00	0,5	0,55		
	Макароны	130	150	163	188,00	4,6	5,31	3,27	3,77	28,09	32,41		
	Суфле из курицы	60	70	152	178,00	13,5	15,70	10,2	11,90	1,7	2,00		
	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		
	Компот из кураги	150	180	38,7	46,44	0,45	1,08	0	-	9,7	11,64		
	Соус том.сметан.	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30		
	Салат капуста с морковью	50	60	52	63,00	0,8	1,00	3,3	4,00	5,9	7,10		
	Итого за обед:			685,6	793,84	34,52	40,18	28,14	32,45	73,61	86,04		
п о д л н н	Запек. творож. с яном и соусом/молоком	100/20	120/25	250,16	303,50	17,55	21,13	11,27	13,62	28,29	34,51		
	Чай с сахаром	150	180	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01	6,82	9,18		
	Итого за полдник:			276,16	338,5	17,58	21,17	11,28	13,63	35,11	43,69		
	Итого за день:			1360,08	1657,92	61,1	73,62	51,56	63,13	172,2	214,75		