

Меню на 21.08.2025

Подпись



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
День 19		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З а в т р а к	Каша геркулесовая	150	200	151	202,00	4,79	6,38	5,56	7,41	20,4	27,20
	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
	Итого за завтрак:	100	110	95	104,50	1,5	1,65	0,5	0,55	21	23,10
о б е д	10-00 Бананы	100	110	95	104,50	1,5	1,65	0,5	0,55	21	23,10
	Итого за завтрак:			404,72	524,08	10,15	13,14	13,35	18,22	61,76	77,84
	Суп овощной	180	200	59	87,00	1,2	1,50	2,4	5,20	9	9,80
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Котлета из говядины	60	70	125	146,00	8,5	10,00	8,3	9,70	3,9	4,50
	Салат из свежих огурцов	50	60	46,19	61,58	0,33	0,44	4,55	6,06	1,03	1,37
	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
п о л а н и	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Итого за обед:			558,06	687,44	17,43	20,56	19,53	25,95	79,33	94,68
п о л а н и	Пирожок с морковью	70	70	249,18	249,18	6,83	6,83	9,9	9,90	0,79	0,79
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
	Итого за полдник:			295,18	304,18	7,88	8,09	10,96	11,18	9,21	10,89
Итого за день:				1257,96	1515,7	35,46	41,79	43,84	55,35	150,3	183,41