

М. И. Д.



Меню на 10.09.2025

Примечания	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	лет	1,5-3 лет	3-7 лет	лет
День 13		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры			Углеводы		
Завтрак	Каша Пшенная	150	200	154	206,00	4,9	6,50	4,5	6,00		24,4	32,50	
	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:			386,32	515,58	9,56	13,77	11,79	17,15		60,92	91,12	
Обед	Суп шоре с гречками	180	200	73	82,00	2,2	2,50	2,4	2,60		11,5	12,70	
	Греча отварная	120	150	109	137,00	3,7	4,60	3,2	4,00		19,2	24,00	
	Котлета из кур.грудки	70	80	226,5	270,20	14,7	16,80	14,9	17,00		11,5	13,10	
	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	25,11	
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20		0,9	1,30	
Итого за обед:			649,55	778	25,35	29,6	22,65	26,67		91,75	108,55		
Полдник	Запеканка творожно-мороквяная	100	120	213	255,60	13,6	16,32	11,8	14,60		13,5	16,20	
	Сгущенное молоко	20	25	66	85,50	1,36	1,70	1,7	2,13		11,2	14,00	
	Чай с сахаром	150	180	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01		6,82	9,18	
	Итого за полдник:			305	376,1	14,99	18,06	13,51	16,74		31,52	39,38	
Итого за день:				1340,87	1669,68	49,9	61,43	47,95	60,56		184,19	239,05	