

Меню на 13.11.2025

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	лет	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	лет
		лет	лет	лет	лет	лет	лет		лет	лет	лет	лет	
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы			
З а в т р я 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 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40		5,13	7,67	10,34	15,52	
	10-00 Груши	100	100	46	46,00	0,4	0,40		0,3	0,30	10,3	10,30	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>326</b>	<b>419</b>	<b>309,72</b>	<b>419,58</b>	<b>8,65</b>	<b>11,49</b>		<b>12,85</b>	<b>17,67</b>	<b>40,76</b>	<b>54,74</b>	
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>10,3</b>	
о б е д	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	
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31		0,01	0,01	18,28	24,37	
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31		0,24	0,29	11,98	14,37	
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70		0,39	0,48	13,35	16,68	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>575</b>	<b>667,5</b>	<b>500,07</b>	<b>619,93</b>	<b>16,71</b>	<b>19,92</b>		<b>15,04</b>	<b>19,88</b>	<b>75,91</b>	<b>92,02</b>	
п о л д н и к	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	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>295,18</b>	<b>304,18</b>	<b>7,88</b>	<b>8,09</b>		<b>10,96</b>	<b>11,18</b>	<b>9,21</b>	<b>10,89</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1221</b>	<b>1436,5</b>	<b>1150,97</b>	<b>1389,69</b>	<b>33,64</b>	<b>39,9</b>		<b>39,15</b>	<b>49,03</b>	<b>136,18</b>	<b>167,95</b>	