

Меню на 18.11.2025

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 2		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
з а в т р а к	Омлет	80	100	131	163,75	7,8	9,75	10,5	13,12	1,4	1,75
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Батон 20/30 масло 6/9 сыр 7/10	33	49	115,52	171,58	3,44	5,03	6,99	10,33	10,34	15,52
	10-00 Бананы	100	140	46	64,40	0,4	0,56	0,3	0,42	10,3	14,42
Итого за завтрак:		263	329	347,52	456,33	14,14	18,65	20,1	26,93	28,92	40,17
Итого за второй завтрак:		100	140	46	64,4	0,4	0,56	0,3	0,42	10,3	14,42
о б е д	Суп Харчо	180	200	92,03	102,26	6,46	7,18	2,65	2,94	10,58	11,76
	Запеканка картофельная	180	200	273	303,00	13,8	15,40	12,6	14,10	27,7	30,80
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30
	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
	Компот из кураги	150	180	38,7	46,44	0,45	1,08	0	-	9,7	11,64
Итого за обед:		585	677,5	548,23	632,87	24,99	29,07	17,38	20,01	74,21	86,55
п о л д н и к	Манник	80	100	223,84	279,80	3,6	4,50	7,2	9,00	35,84	44,80
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за полдник:		230	280	269,84	334,8	4,65	5,76	8,26	10,28	44,26	54,9
Итого за день:		1178	1426,5	1211,59	1488,4	44,18	54,04	46,04	57,64	157,69	196,04