

Меню на 20.11.2025

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 4		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
З а в т р я к	Суп молочный	180	200	85	95,00	3,09	3,44	3,3	3,67	10,77	11,96
	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	110	140	104,5	133,00	1,65	2,10	0,55	0,70	23,1	29,40
Итого за завтрак:		363	429	301,52	387,58	9,43	12,34	12,9	17,48	38,29	50,38
Итого за второй завтрак:		110	140	104,5	133	1,65	2,1	0,55	0,7	23,1	29,4
о б е д	Рассольник со сметаной	180	200	89	99,00	1,7	1,80	4	4,50	12,5	13,90
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Суфле из печени	60	70	92	107,00	12	14,00	4,1	4,80	1,7	2,00
	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
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
Итого за обед:		575	667,5	497,3	583,47	21,01	24,54	12,66	14,54	76,03	89,75
п о л д н и к	Ватрушка со сметаной	65	65	223	223,00	5,6	5,60	8,4	8,40	32	32,00
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за полдник:		215	245	269	278	6,65	6,86	9,46	9,68	40,42	42,1
Итого за день:		1263	1481,5	1172,32	1382,05	38,74	45,84	35,57	42,4	177,84	211,63