

Меню
10 июля 2025
Четверг (4 день)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	5,58	6,71	33,30	216	1,17	271
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,00	0,00	0,00	0	0	121
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант)	45	6,33	10,15	9,58	156,55	0,135	97
ЗАВТРАК	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,72	3,66	24,96	144,48	0,6	508
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из моркови	60	0,68	6,05	5,44	79,24	2,64	19
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	8,15	9,25	14,13	172,65	11,9	151
ОБЕД	Плов из отварной птицы	210	40,85	49,04	38,18	756,69	5,838	411
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	19,40	73,8	0	527
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,5	0	114
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,32	0,24	6,68	34,8	0	115
ПОЛДНИК	Макаронник (макаронная запеканка)	180	10,22	6,80	47,30	293,89	0,432	298
ПОЛДНИК	Соус молочный сладкий	30	0,82	1,47	4,91	35,67	0,135	449
ПОЛДНИК	Чай с молоком (1-й вариант)	200	1,70	1,60	17,36	88,76	0,4	506
ПОЛДНИК	банан	100	0,40	0,40	9,80	47	10	118
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1885	83,97	95,87	270,84	2285,03	37,25	

Категория: Дети 2-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	4,65	5,59	27,75	180	0,97	271
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	25	0,00	0,00	0,00	0	0	121
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом и сыром (2-й вариант)	35	4,92	7,89	7,45	121,76	0,105	97
ЗАВТРАК	Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,79	2,75	18,72	108,36	0,45	508
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из моркови	45	0,51	4,54	4,08	59,43	1,98	19
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	180	5,87	6,66	10,17	124,31	8,568	151
ОБЕД	Плов из отварной птицы	160	31,12	37,36	29,09	576,53	4,448	411
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	150	0,08	0,00	14,55	55,35	0	527
ОБЕД	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0	114
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	1,06	0,19	5,34	27,84	0	115
ПОЛДНИК	Макаронник (макаронная запеканка)	200	11,36	7,56	52,56	326,54	0,48	298
ПОЛДНИК	Соус молочный сладкий	20	0,55	0,98	3,27	23,78	0,09	449
ПОЛДНИК	Чай с молоком (1-й вариант)	150	1,28	1,20	13,02	66,57	0,3	506
ПОЛДНИК	банан	100	0,40	0,40	9,80	47	10	118
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1545	67,93	75,54	230,68	1879,47	31,391	