

Меню
11 июля 2025
Пятница (5 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 5								
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	250	8,17	12,65	47,75	338,07	0,825	259
	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	50	1,53	2,73	29,14	143,73	0,7	101
ЗАВТРАК	Чай с лимоном (1-й вариант)	200	0,26	0,00	15,22	61,16	2,9	504
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из свежих овощей - огурцы, помидоры	60	1,23	3,82	7,45	69,28	2,676	85
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	250	9,33	12,78	10,85	196,1	21,8	160
ОБЕД	Картофельное пюре	150	14,23	4,38	28,32	209,51	0	423
ОБЕД	Котлеты рыбные	80	11,12	1,68	7,68	90,4	0,32	351
ОБЕД	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	9,98	37,9	0	516
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	Булочка ванильная	80	6,66	5,38	47,30	262,16	0	582
ПОЛДНИК	Йогурт	200	10,00	6,40	7,00	136	1,2	536
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	67,95	50,56	257,17	1764,61	34,421	

Категория: Дети 2-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	180	5,89	9,11	34,38	243,41	0,594	259
	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	35	1,07	1,91	20,39	100,61	0,49	101
ЗАВТРАК	Чай с лимоном (1-й вариант)	150	0,19	0,00	11,42	45,87	2,175	504
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,30	0,10	15,20	68	4	537
ОБЕД	Салат из кукурузы (консервированной)	40	0,82	2,55	4,96	46,18	1,784	85
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	7,46	10,22	8,68	156,88	17,44	160
ОБЕД	Картофельное пюре	130	12,28	3,78	24,44	180,81	0	423
ОБЕД	Котлеты рыбные	70	9,73	1,47	6,72	79,1	0,28	351
ОБЕД	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,00	0,00	7,48	28,43	0	516
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	Булочка ванильная	70	5,83	4,71	41,39	229,39	0	582
ПОЛДНИК	Йогурт	150	7,50	4,80	5,25	102	0,9	536
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1355	55,17	39,16	205,33	1402,52	27,663	