

Ежедневное меню до 3 лет на 31.03.2025

Неделя 1 День 6

Прием пищи		Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>	275 г	Рожки отварные с маслом и сыром	90	4,69	6,48	25,03	183,81
		Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	119,7
		Печенье	35	1	3	6	49,32
<u>2 Завтрак</u>	100 г	Напиток из изюма с лимоном	100	0,25	0,25	25,35	104,7
<u>Обед</u>	496 г	Икра из кабачков	16	0,76	3,56	3,08	47,6
		Суп фасолевый на масле	180	3,29	3,07	9,79	81
		Суфле из печени	110	21,98	14,72	33,74	400,34
		Компот из сухофруктов	150	0,23	0,01	18,28	72,57
		Хлеб ржаной	40	3,08	1,2	19,86	104,8
<u>Уплотненный полдник</u>	449 г	Каша молочная «Ассорти»	180	6,55	8,33	35,09	241,11
		Чай сладкий	150	9	2,3	10,5	39,8
		Булка с маслом	35	1,58	5,24	9,81	93,87
			4				
Фрукты свежие	80	0,4	0,4	11,74	48,31		
<u>ИТОГО</u>				56,41	52,16	226,96	1586,93

Ежедневное меню после 3 лет на 31.03.2025

Неделя 1 День 6

Прием пищи		Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>	358 г	Рожки отварные с маслом и сыром	110	5,9	8,11	31,29	229,76
		Кофейный напиток	180	4,8	4,8	24,92	159,56
		Печенье	45	1,6	4,8	12,6	98,65
<u>2 Завтрак</u>	130 г	Напиток из изюма с лимоном	130	0,64	0,64	32,18	117,34
<u>Обед</u>	546 г	Икра из кабачков	23	1,14	5,34	4,62	71,4
		Суп фасолевый на масле	200	5,49	5,27	16,32	135
		Суфле из печени	130	29,13	23,41	47,15	448,61
		Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76
		Хлеб ржаной	13	4,62	1,8	29,8	157,2
<u>Уплотненный полдник</u>	529 г	Каша молочная «Ассорти»	200	7,18	10,15	48,06	268,24
		Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06
		Булка с маслом	44	2,34	7,76	14,53	139,1
		Фрукты свежие	5	0,5	0,5	12,83	57,82
<u>ИТОГО</u>				75,65	75,69	312,67	2032,5