

**Ежедневное меню до 3 лет на 03.06.2025**

**Неделя 2 День 7**

| Прием пищи<br>День 7       |       | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая ценность |
|----------------------------|-------|-------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-------------------------|
|                            |       |                                     |             | Б                   | Ж     | У      |                         |
| <u>Завтрак</u>             | 369 г | Каша пшеничная молочная             | 180         | 5,07                | 7,8   | 19,4   | 168,7                   |
|                            |       | Чай сладкий                         | 150         | 9                   | 2,3   | 10,5   | 39,8                    |
|                            |       | Бутерброд                           | 35          | 1,58                | 5,24  | 9,81   | 93,87                   |
|                            |       | с маслом сливочным                  | 4           |                     |       |        |                         |
| <u>2 Завтрак</u>           | 100 г | Напиток из изюма с лимоном          | 100         | 0,25                | 0,25  | 25,35  | 104,7                   |
|                            |       |                                     |             |                     |       |        |                         |
| <u>Обед</u>                | 380 г | Помидор свежий                      | 20          | 1,4                 | 1     | 2,18   | 32,51                   |
|                            |       | Суп гороховый на к/б с мясом курицы | 180         | 1,66                | 1,83  | 12,1   | 92,9                    |
|                            |       | Ленивые голубцы с курицей           | 110         | 9,2                 | 6,8   | 28,42  | 214                     |
|                            |       | Соус томатный                       | 30          | 0,87                | 1,17  | 7,91   | 36,33                   |
|                            |       | Хлеб ржаной                         | 40          | 3,08                | 1,2   | 19,86  | 104,8                   |
| <u>Уплотненный полдник</u> | 270 г | Вареники ленивые со сметаной        | 60          | 20                  | 20    | 20,8   | 203                     |
|                            |       | Чай сладкий                         | 11          |                     |       |        |                         |
|                            |       | Чай сладкий                         | 150         | 9                   | 2,3   | 10,5   | 39,8                    |
|                            |       | Банан                               | 60          | 2,4                 | 0,16  | 30,72  | 142,4                   |
| ИТОГО                      |       |                                     |             | 63,51               | 50,05 | 197,55 | 1272,81                 |

**Ежедневное меню после 3 лет на 03.06.2025**

**Неделя 2 День 7**

| Прием пищи<br>День 7       |       | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая ценность |
|----------------------------|-------|-------------------------------------|-------------|---------------------|-------|--------|-------------------------|
|                            |       |                                     |             | Б                   | Ж     | У      |                         |
| <u>Завтрак</u>             | 426 г | Каша пшениная молочная              | 200         | 6,76                | 10,4  | 25,87  | 224,9                   |
|                            |       | Чай сладкий                         | 180         | 12                  | 3,1   | 14     | 53,06                   |
|                            |       | Бутерброд                           | 41          | 2,34                | 7,76  | 14,53  | 139,1                   |
|                            |       | с маслом сливочным                  | 5           |                     |       |        |                         |
| <u>2 Завтрак</u>           | 130 г | Напиток из изюма с лимоном          | 130         | 0,64                | 0,64  | 32,18  | 117,34                  |
|                            |       |                                     |             |                     |       |        |                         |
| <u>Обед</u>                | 438 г | Помидор свежий                      | 24          | 2,1                 | 1,5   | 3,27   | 48,77                   |
|                            |       | Суп гороховый на к/б с мясом курицы | 200         | 2,21                | 2,44  | 16,1   | 185,8                   |
|                            |       | Ленивые голубцы с курицей           | 130         | 9,6                 | 7,6   | 29,47  | 222,54                  |
|                            |       | Соус томатный                       | 40          | 0,92                | 1,85  | 8,34   | 42,18                   |
|                            |       | Хлеб ржаной                         | 44          | 4,62                | 1,8   | 29,8   | 157,2                   |
| <u>Уплотненный полдник</u> | 337 г | Вареники ленивые                    | 70          | 20,6                | 20,3  | 15     | 265                     |
|                            |       | со сметаной                         | 12          |                     |       |        |                         |
|                            |       | Чай сладкий                         | 180         | 12                  | 3,1   | 14     | 53,06                   |
|                            |       | Банан                               | 75          | 3,3                 | 0,28  | 46,11  | 157,13                  |
| ИТОГО                      |       |                                     |             | 77,09               | 60,77 | 248,67 | 1666,08                 |