

Ежедневное меню до 3 лет на 05.06.2025

Неделя 2 День 9

Прием пищи		День 9	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
					Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>	334 г	Каша рисовая молочная	180	5,23	7,8	18,76	166,78	
		Бутерброд с маслом сливочным	35 4	1,58	5,24	9,81	93,87	
		Чай сладкий	150	9	2,3	10,5	39,8	
2 <u>Завтрак</u>	100 г	Напиток из шиповника	100	0,68	0	21,01	46,87	
<u>Обед</u>	520 г	Огурец свежий	20	0,6	0	1,38	7,98	
		Суп с мучными клецками на к/б с	180	113,11	2,38	37,52	192,14	
		Овощное рагу с курицей	130	3,01	4,07	11,72	97,73	
		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>	271 г	Лапшевник творожный со сметаной	90 11	9,8	10,15	48,24	354,18	
		Чай сладкий	150	9	2,3	10,5	39,8	
		Мармелад	20	0,01	0	7,94	32	
ИТОГО				155,3	35,45	215,52	1248,52	

Ежедневное меню после 3 лет на 05.06.2025

Неделя 2 День 9

Прием пищи		День 9	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
					Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>	425 г	Каша рисовая молочная	200	6,98	10,4	25	222,38	
		Бутерброд	40	2,34	7,76	14,53	139,1	
		с маслом сливочным	5					
		Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	
<u>2 Завтрак</u>	130 г	Напиток из шиповника	130	0,84	0	24,6	63,18	
<u>Обед</u>	596 г	Огурец свежий	23	1,2	0	2,76	15,96	
		Суп с мучными клецками на к/б с мясом курицы	200	127,46	4,77	45,43	251,7	
		Овощное рагу с курицей	150	3,76	5,1	14,65	122,2	
		Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	
		Хлеб ржаной	43	4,62	1,8	29,8	157,2	
<u>Уплотненный полдник</u>	321 г	Лапшевник творожный со сметаной	100	11	10,96	57,2	371,26	
		Чай сладкий	12					
		Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	
		Мармелад	29	0,04	0	8,43	48	
ИТОГО				182,6	47	274,77	1593,86	