



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Директор

27.12.2024.

Пример пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	442		8,9	13,6	70,7	455,5
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200		2,3	2,2	16,2	94,4
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130		2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	690		19,1	9,2	85,0	507,4
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,6	60,7	278,6
Всего за день:			32,0	25,6	231,1	1 304,1