



## МЕНЮ

"25" ноября 2024 год

возрастная категория: 1 - 3 лет.

длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,408	8,34	20,69	179,95
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,04	37,4
	Батон нарезной	35	3,36	1,62	14,78	132,72
	Кофейный напиток с молоком	160	3,67	4,04	17,2	116,27
II Завтрак	Сок фруктовый	125	1,25	0	35	140
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>13,72</b>	<b>18,12</b>	<b>87,71</b>	<b>606,34</b>
Обед	Суп гороховый	160	3,73	2,88	12,08	88,85
	Гуляш	50	8,24	8,35	1,63	114,45
	Каша гречневая, рассыпчатая	100	4,2	3	25,9	147,5
	Хлеб ржаной	18	1,18	0,17	8,28	41,76
	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,166	8,28	38,45
	Компот из ягод с/м	150	0,15	0,06	13,07	52,08
<b>Итого за обед:</b>			<b>18,87</b>	<b>14,626</b>	<b>69,24</b>	<b>483,09</b>
Полдник	Омлет натуральный	100	9,26	10,7	3,79	147,63
	Икра из кабачков	20	0,38	1,78	6,86	32,68
	Хлеб ржаной	18	1,18	0,17	8,28	41,76
	Чай с сахаром	180	10,8	2,76	11,7	44,35
<b>Итого за полдник:</b>			<b>21,62</b>	<b>15,41</b>	<b>30,63</b>	<b>266,42</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>54,21</b>	<b>48,16</b>	<b>187,58</b>	<b>1355,85</b>

возрастная категория: 3 - 6 лет.

длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,084	9,38	23,28	202,45
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,04	37,4
	Батон нарезной	46	4,42	2,12	19,42	174,43
	Кофейный напиток с молоком	180	4,13	4,54	19,35	130,8
II Завтрак	Сок фруктовый	125	1,25	0	35	140
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>15,91</b>	<b>20,16</b>	<b>97,09</b>	<b>685,08</b>
Обед	Суп гороховый	180	4,66	3,6	15,1	111,06
	Гуляш	60	9,89	10,02	1,96	137,34
	Каша гречневая, рассыпчатая	120	5,04	3,6	31,08	177
	Хлеб ржаной	24	1,57	0,22	11,04	55,68
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,04	51,26
	Компот из ягод с/м	180	0,18	0,072	15,68	62,5
<b>Итого за обед:</b>			<b>23,16</b>	<b>17,732</b>	<b>85,9</b>	<b>594,84</b>
Полдник	Омлет натуральный	110	10,19	11,77	4,17	162,4
	Икра из кабачков	30	0,57	2,67	10,3	49,03
	Хлеб ржаной	24	1,57	0,22	11,04	55,68
	Чай с сахаром	190	11,4	2,91	12,35	46,81
<b>Итого за полдник:</b>			<b>23,73</b>	<b>17,57</b>	<b>37,86</b>	<b>313,92</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,80</b>	<b>55,46</b>	<b>220,85</b>	<b>1593,84</b>