

МЕНЮ
03 июля 2025г
Сад 3-7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (к.кал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная манная вязкая	180	5,8	7,4	35,6	223,5	2008/184
2	Бутерброды с сыром и маслом	40/10/7	4,7	7	7,2	109,9	2008/3
3	Кофейный напиток с молоком сгущённым	180	2,3	2,3	24,4	110,8	2011/390
	Итого за завтрак	417	12,8	16,7	67,2	444,2	
1	Сок фруктовый	100			12	50	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	100			12	50	
ОБЕД							
1	Салат из отвар. свеклы с чесноком	60	0,5		1,6	32,7	2016/20
1	Суп картофельный с крупой «Кудрявый»	180	3,2	4	16,9	110,9	2008/93
2	Каша гречневая рассыпчатая	130	1,6	3,3	12,2	103,3	2008/181
3	Мясо (свинина) в соусе	100	11,1	23,7	9,3	313,4	2008/264
4	Компот из смеси сухофруктов	180			23	73,6	2008/402
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,1	0,6	16,8	82,7	2008
	Итого за обед	700	19,5	31,6	79,8	716,8	
ПОЛДНИК							
1	Напиток кисломолочный Ряженка 2,5%	180	6	3,9	7,4	149	2008
2	Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	50	1,7	1	13,1	73	2008/453
	Итого за полдник	230	7,7	4,9	20,5	222	
УЖИН							
1	Пюре картофельное	130	1,8	3	11,8	82,5	2008/335
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	70			14,1	60,7	2008/231
3	Компот из свежих плодов	180			14,1	60,7	2008/394
4	Хлеб пшеничный	50	3	0,3	19,7	94	2008
	Итого за ужин	440	12,8	7,1	72,8	412,2	
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ		52	60	252	1845	

Диетсестра  В.А. Кириллова