

Меню I В
 22 января 2025г.



Прием пищи, наименование блюда	возрастная категория			
	с 1-5-3 лет		с 3-7 лет	
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
Завтрак				
Каша «Дружба»	150	142,95	200	190,6
Кофейный напиток с молоком	180	79,2	180	79,2
Хлеб ржаной	30	56,7	30	56,7
Кондитерские изделия в ассортименте (джем)	30	177,08	30	177,08
		455,93		503,58
Итого за завтрак	390		440	
2 завтрак				
Фрукты свежие	100	47	120	56,4
Обед				
Маринад овощной с томатом	50	70,95	60	85,14
Борщ с капустой и картофелем	180	54,45	200	60,5
Котлеты или биточки рыбные (биточки)	60	85,6	80	214,13
Соус красный основной	30	16,89	30	16,89
Картофельное пюре	120	81,6	150	102
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	54	180	54
Хлеб пшеничный 1 сорт йодированный	50	107	50	107
		470,49		639,66
Итого за обед	670		750	
Полдник				
Сдоба обыкновенная	80	198,4	100	248
Кисломолочный напиток	180	90,9	180	90,9
		289,3		338,90
Итого за полдник	260		280	
Суммарный объем блюд за день:	1420		1590	
% удовлетворения суточной потребности		1262,72		1538,54

Меню I В
 22 января 2025г.



Прием пищи, наименование блюда	возрастная категория			
	с 1-5-3 лет		с 3-7 лет	
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
Завтрак				
Каша «Дружба»	150	142,95	200	190,6
Кофейный напиток с молоком	180	79,2	180	79,2
Хлеб ржаной	30	56,7	30	56,7
Кондитерские изделия в ассортименте (джем)	30	177,08	30	177,08
		455,93		503,58
Итого за завтрак	390		440	
2 завтрак				
Фрукты свежие	100	47	120	56,4
Обед				
Маринад овощной с томатом	50	70,95	60	85,14
Борщ с капустой и картофелем	180	54,45	200	60,5
Котлеты или биточки рыбные (биточки)	60	85,6	80	214,13
Соус красный основной	30	16,89	30	16,89
Картофельное пюре	120	81,6	150	102
Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	54	180	54
Хлеб пшеничный 1 сорт йодированный	50	107	50	107
		470,49		639,66
Итого за обед	670		750	
Полдник				
Сдоба обыкновенная	80	198,4	100	248
Кисломолочный напиток	180	90,9	180	90,9
		289,3		338,90
Итого за полдник	260		280	
Суммарный объем блюд за день:	1420		1590	
% удовлетворения суточной потребности		1262,72		1538,54