

Меню I В  
24 января 2025г.

Прием пищи, наименование блюда	возрастная категория			
	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 7-10 лет	с 10-14 лет
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Каша ячневая вязкая молочная	150	164,55	200	219,4
Кофейный напиток с молоком	180	79,2	180	79,2
Хлеб ржаной	30	56,7	30	56,7
Масло сливочное (порциями)	5	33,045	5	33,045
Итого за завтрак	365	333,495	415	388,345
<b>2 завтрак</b>				
Фрукты свежие	100	75,4	120	90,48
<b>Обед</b>				
Овощи отварные (свекла отварная порционно)	40	30	60	45
Суп картофельный с рыбой	180	103,5	200	115
Жаркое по домашнему	180	250,43	200	378,26
Компот из смеси сухофруктов	180	75,6	180	75,6
Хлеб пшеничный 1 сорт йодированный	50	107	50	107
Итого за обед	630	566,53	690	720,86
<b>Полдник</b>				
Пирожки, печенные из дрожжевого теста с овощным фаршем (капустный)	140	299,348	160	342,112
Кондитерские изделия в ассортименте	30	177,08	30	177,08
Чай с сахаром	180	38	180	38
Итого за полдник	350	514,428	370	557,19
Суммарный объем блюд за день:	1445		1595	
% удовлетворения суточной потребности		1489,853		1756,88

Меню I В  
24 января 2025г.

Прием пищи, наименование блюда	возрастная категория			
	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 7-10 лет	с 10-14 лет
	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	Масса порции	Энерг. ценность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Каша ячневая вязкая молочная	150	164,55	200	219,4
Кофейный напиток с молоком	180	79,2	180	79,2
Хлеб ржаной	30	56,7	30	56,7
Масло сливочное (порциями)	5	33,045	5	33,045
Итого за завтрак	365	333,495	415	388,345
<b>2 завтрак</b>				
Фрукты свежие	100	75,4	120	90,48
<b>Обед</b>				
Овощи отварные (свекла отварная порционно)	40	30	60	45
Суп картофельный с рыбой	180	103,5	200	115
Жаркое по домашнему	180	250,43	200	378,26
Компот из смеси сухофруктов	180	75,6	180	75,6
Хлеб пшеничный 1 сорт йодированный	50	107	50	107
Итого за обед	630	566,53	690	720,86
<b>Полдник</b>				
Пирожки, печенные из дрожжевого теста с овощным фаршем (капустный)	140	299,348	160	342,112
Кондитерские изделия в ассортименте	30	177,08	30	177,08
Чай с сахаром	180	38	180	38
Итого за полдник	350	514,428	370	557,19
Суммарный объем блюд за день:	1445		1595	
% удовлетворения суточной потребности		1489,853		1756,88