

МЕНЮ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ (3-7 лет)

МЕНЮ на 09.09.25



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	8,14	9,68	38,39	273
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	17,0	20,25	68,51	541,25
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого:</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Огурец соленый	50	0,57	0,1	2,41	12,0
	Суп гороховый на мясном б-не с гречками	200/10	5,8	4,4	20,9	147,8
	Суфле из отварного мяса (куриное)	70	11,97	6,2	2,14	112,0
	Картофельное пюре	120	2,7	4,2	17,68	118,95
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0
	Хлеб ржаной	40	2,92	0,44	16,8	82,1
	<i>Итого :</i>	670	23,42	15,26	78,33	544,95
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Булочка домашняя	70	2,68	0,28	20,12	96
	<i>Итого:</i>	220	7,68	5,98	27,32	197
Ужин	Овощи тушеные в сметанном соусе	180	15,3	14,19	93,1	559,1
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	400	15,3	14,19	105,1	607,1
<i>Итого за XII день:</i>		1835	63,9	55,68	289,36	1932,7