

МЕНЮ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ (3-7 лет)

МЕНЮ на 12.09.25



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	4,5	4,1	31,0	182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,03	5,0	0,05	46,2
	<i>Итого</i>	<i>427</i>	<i>10,11</i>	<i>11,91</i>	<i>65,45</i>	<i>415,2</i>
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>-</i>	<i>10,1</i>	<i>42,4</i>
Обед	Икра свекольная	60	1,2	2,3	6,02	50,05
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	2,1	5,4	13,8	114
	Биточки рыбные	70	10,8	0,9	6,2	66,5
	Картофельное пюре	120	2,7	4,2	17,68	118,95
	Кисель	180	0,14	0,14	21,5	87,84
	Хлеб ржаной	40	2,92	0,44	16,8	82,1
	<i>Итого:</i>	<i>660</i>	<i>19,13</i>	<i>13,27</i>	<i>77,8</i>	<i>501,94</i>
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Хлеб пшеничный	40	5,1	8,8	37,7	250,1
	<i>Итого :</i>	<i>220</i>	<i>10,1</i>	<i>14,5</i>	<i>44,9</i>	<i>350,1</i>
Ужин:	Салат из капусты с морковью	50	0,7	3,64	4,5	43,9
	Котлета куриная	70	13,1	2,9	11,0	123,4
	Гречка отварная со слив. маслом	130	7,5	5,3	33,5	211,25
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	48
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
<i>Итого:</i>	<i>460</i>	<i>24,02</i>	<i>11,65</i>	<i>70,7</i>	<i>483,55</i>	
<i>Итого за XV день:</i>		<i>1907</i>	<i>63,9</i>	<i>51,33</i>	<i>268,95</i>	<i>1793,2</i>