

МЕНЮ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ (1-3 года)  
на 10.09.2025  
XIII день:  
Среда



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая молочная	150	1,5	3,0	20,3	115,5
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	<b>40</b>	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	<b>345</b>	<b>7,1</b>	<b>9,4</b>	<b>54,74</b>	<b>335,5</b>
<b>2 завтрак</b>	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого</i>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с маслом растительным	30	0,4	1,9	2,5	28,2
	Свекольник со сметаной	150	1,6	4,0	8,9	78,9
	Жаркое по-домашнему	160	20,0	5,4	15,9	180,7
	Компот из сухофруктов	<b>150</b>	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	<b>15</b>	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	<b>15</b>	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	<b>520</b>	<b>24,49</b>	<b>11,63</b>	<b>60,7</b>	<b>438,2</b>
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Печенье	35	2,1	2,7	21,3	166,8
	<i>Итого:</i>	<b>185</b>	<b>6,3</b>	<b>7,5</b>	<b>27,3</b>	<b>251</b>
<b>Ужин</b>	Салат из белокочанной капусты с морковью	<b>30</b>	0,4	2,2	2,7	26,3
	Котлета рыбная любительская	50	6,7	2,1	5,4	67,5
	Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,35
	Рис отварной	110	2,64	3,2	27,5	149,3
	Чай с сахаром	150	0,1	0,01	12,2	49,5
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	42,7

	<b><i>Итого:</i></b>	<b>400</b>	<b>11,82</b>	<b>9,17</b>	<b>60,4</b>	<b>357,65</b>
	<b><i>Итого за XIII день:</i></b>	<b>1550</b>	<b>50,21</b>	<b>37,7</b>	<b>213,24</b>	<b>1424,75</b>