

Меню на 20.05.2025 г.
Вторник

Утверждаю
Заведующий _____ Н.Л.Кейзерова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С		№ рецептуры
				Б		Ж		У						
День 7		1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	1,5 - 3	3 - 7 лет	
завтрак:	Каша манная вязкая	180	250	7,2	10	9,11	12,65	33,01	45,85	243,41	338,07	0,594	0,825	256
	Чай с сахаром	150	200	0,15	0,2	0	0	11,27	15,02	44,07	58,76	0,075	0,1	502
2-й завтрак	Напиток «Витоша»	100	100	0,3	0,3	0,1	0,1	15,2	15,2	68	68	4	4	537
Итого за завтрак		475	595	16,02	19,6	22,74	27,85	78,83	99,16	588,46	729,19	6,303	7,14	
обед:	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	60	0,66	0,98	4,03	6,05	3,85	5,78	54,35	81,52	15,32	22,98	2
	Суп с рыбными консервами	160	180	14,8	16,65	3,63	4,09	11,31	12,73	137,49	154,67	11,776	13,248	159
	Голубцы ленивые	180	200	17,19	19,1	10,6	11,78	12,71	14,12	216,16	240,18	49,68	55,2	377
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	0,08	0,1	0	0	14,55	19,4	55,35	73,8	0	0	527
	Хлеб пшеничный	40	50	3,04	3,8	0,32	0,4	19,68	24,6	94	117,5	0	0	114
	Хлеб ржаной	40	50	1,06	1,32	0,19	0,24	5,34	6,68	27,84	34,8	0	0	115
Итого за обед		670	870	30,64	38,48	19,75	25,14	85,45	108,47	643,83	815,34	20,688	28,506	
полдник	Суп молочный с вермишелью	150	180	6,26	7,51	8,48	10,17	43,86	52,63	273,99	328,79	0,24	0,288	289
	Какао с молоком	150	200	2,79	3,72	2,75	3,66	18,72	24,96	108,36	144,48	0,45	0,6	508
Итого за полдник		420	510	10,5	12,95	12,41	15,5	73,95	90,6	449,13	551,94	60,78	61,023	
Итого за весь день		1565	1975	5716	71,03	54,9	68,49	238,23	298,23	1681,42	2096,47	87,771	96,669	