

Меню на 06.12.2024г

От 1.5-3 лет

<b>Пятница, 2 неделя</b>	<b>Масса</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>ккал</b>
<b>Завтрак</b>					
Масло сливочное (порциями)	5	0.1	5.1	0.1	46.3
Каша жидкая молочная манная	150	4	4.3	19	130.7
Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>355</b>	<b>8.7</b>	<b>11.9</b>	<b>38.8</b>	<b>296.8</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0.7	4	3.9	54.4
Свекольник	150	1.3	1.9	7.9	54.4
Каша перловая рассыпчатая	130	3.2	3.9	22.4	137.2
Гуляш из говядины	50	8.5	8.3	1.9	116.1
Кисель	150	0.2	0.1	11	45.5
Хлеб ржаной	55	4.8	0.9	24.4	124.7
<b>Итого за Обед</b>	<b>575</b>	<b>18.7</b>	<b>19.1</b>	<b>71.5</b>	<b>532.3</b>
<b>Полдник</b>					
Крендель сахарный	50	3.3	5.9	25.2	166.7
Молоко 2.5%	150	5.8	5	9.6	106.6
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>9.1</b>	<b>10.9</b>	<b>34.8</b>	<b>273.3</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1280</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>155.2</b>	<b>1145.7</b>

Меню на 06.12.2024г

От 3-7лет

<b>Пятница, 2 неделя</b>	<b>Масса</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>ккал</b>
<b>Завтрак</b>					
Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
Каша жидкая молочная манная	200	5.3	5.7	25.3	174.2
Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>412</b>	<b>10.4</b>	<b>13.3</b>	<b>47.6</b>	<b>352</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый	180	0.5	0.1	10.1	43.3
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>180</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.2	7.1	6.7	95.1
Свекольник	180	1.6	2.3	9.5	65.3
Каша перловая рассыпчатая	130	3.8	4.6	26.4	162.2
Гуляш из говядины	70	11.9	11.6	2.7	162.5
Кисель	180	0.2	0.1	11	45.5
Хлеб ржаной	73	4.8	0.9	24.4	124.7
<b>Итого за Обед</b>	<b>693</b>	<b>23.5</b>	<b>26.6</b>	<b>80.7</b>	<b>655.3</b>
<b>Полдник</b>					
Крендель сахарный	70	4.7	8.2	35.2	233.4
Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
<b>Итого за Полдник</b>	<b>270</b>	<b>10.5</b>	<b>13.2</b>	<b>44.8</b>	<b>340</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1555</b>	<b>44.9</b>	<b>53.2</b>	<b>183.2</b>	<b>1390.6</b>

