

Меню на 28.11.2024г

От 1.5-3 лет

	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Четверг, 1 неделя	г	г	г	г	ккал
Завтрак					
Каша жидкая молочная пшенная	150	5.8	7.1	26.4	192.4
Кофейный напиток с молоком	180	2.7	2.1	9.3	66.8
Масло сливочное (порциями)	5	0	3.6	0.1	33
Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
Итого за Завтрак	355	10	13	45.6	339.1
Второй завтрак					
Сок фруктовый	150	0.4	0.1	9.1	41.3
Итого за Второй завтрак	150	0.4	0.1	9.1	41.3
Обед					
Морковь в нарезке	40	0.9	0.1	4.8	23.6
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3.6	1.6	11.6	75.6
Голубцы ленивые	180	15.2	13.8	11.5	230.9
Кисель	150	0.2	0.1	9.2	37.9
Хлеб пшеничный	55	4.2	0.4	27.1	128.9
Итого за Обед	575	24.1	16	64.2	496.9
Полдник					
Ватрушка с повидлом	50	3.1	1.4	32.4	154.4
Ряженка 2.5%	150	4.4	3.8	6.3	76.4
Итого за Полдник	200	7.5	5.2	38.7	230.8
Итого за день	1280	42	34.3	157.6	1108.1

Меню на 28.11.2024г

От 3- 7 лет

Четверг, 1 неделя	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	г	г	г	г	ккал
Завтрак					
Каша жидкая молочная пшенная	200	5.8	7.1	26.4	192.4
Кофейный напиток с молоком	180	2.7	2.1	9.3	66.8
Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
Итого за Завтрак	412	10.5	14.5	48.1	364.1
Второй завтрак					
Сок фруктовый	180	0.5	0.1	10.1	43.3
Итого за Второй завтрак	180	0.5	0.1	10.1	43.3
Обед					
Морковь в нарезке	60	0.9	0.1	4.8	23.6
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	4.3	2	14	90.8
Голубцы ленивые	200	16.9	15.3	12.8	256.6
Кисель	180	0.2	0.1	11	45.5
Хлеб пшеничный	73	5.5	0.6	35.9	171.1
Итого за Обед	693	27.8	18.1	78.5	587.6
Полдник					
Ватрушка с повидлом	70	3.73	1.67	38.85	185.4
Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
Итого за Полдник	270	9.53	6.67	47.25	287.2
Итого за день	1548	48.33	39.37	183.95	1282.2