

Меню на 20.12.2024г

От 1.5-3 лет

Пятница, 2 неделя	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	г	г	г	г	ккал
Завтрак					
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
Итого за Завтрак	355	8.7	11.9	38.8	296.8
Второй завтрак					
Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
Итого за Второй завтрак	150	0.5	0.1	10.1	43.3
Обед					
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
Итого за Обед	575	18.7	19.1	71.5	532.3
Полдник					
Крендель сахарный	50	3.3	5.9	25.2	166.7
Молоко 2.5%	150	5.8	5	9.6	106.6
Итого за Полдник	200	9.1	10.9	34.8	273.3
Итого за день	1280	37	42	155.2	1145.7

Меню на 20.12.2024г

От 3-7лет

Пятница, 2 неделя	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	г	г	г	г	ккал
Завтрак					
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
Итого за Завтрак	412	10.4	13.3	47.6	352
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					
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
Итого за Обед	693	23.5	26.6	80.7	655.3
Полдник					
Крендель сахарный	70	4.7	8.2	35.2	233.4
Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
Итого за Полдник	270	10.5	13.2	44.8	340
Итого за день	1555	44.9	53.2	183.2	1390.6

