

Меню

19.08.2024г.



| Наименование блюда | Масса порции | | Пищевые вещества | | | Эн. Ценность (ккал) |
|--------------------------------------------|------------------|----------------|------------------|-----------|------------|---------------------|
| | Дети от 1,5 до 3 | Дети от 3 до 7 | Б | Ж | У | |
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150 | 180 | 4,7\5,3 | 7,6\7,6 | 24,2\27,5 | 128\120 |
| Кофейный напиток со сгущенным молоком | 160 | 180 | 2,34\1,26 | 2\1,62 | 8,2\1,3 | 70\99 |
| Батон пшеничный | 30 | 40 | 2,1\0,09 | 0,2\8,7 | 14,49\0,15 | 71\79 |
| Сыр порционный | 10 | 12 | 2,85\3 | 2,61\3,2 | 0 | 35\41 |
| Масло сливочное | 4 | 5 | 0,4\0,09 | 3,2\8,7 | 1,2\0,15 | 33\79,3 |
| <u>Второй завтрак</u> | | | | | | |
| Фрукты | 95 | 100 | 0,7\0,7 | 0,2\0,2 | 7,9\7,9 | 49\49 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| Рассольник со сметаной на курином бульоне | 150 | 180 | 2,2\1,6 | 2,2\2,9 | 8,2\12,6 | 99\68 |
| Плов из говядины | 180 | 200 | 5\8 | 9,4\10,9 | 24\34,2 | 186\201 |
| Сок фруктовый | 150 | 180 | 0,7\0,9 | 0,00\0,18 | 15,3\18,1 | 84\82,8 |
| Хлеб пшеничный высшего сорта, ржаной | 20\20 | 25\25 | 2,84\4,1 | 0,60\1,07 | 13,12\22,8 | 81,9\125,2 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| Булочка домашняя | 50 | 70 | 3,9\5,2 | 4,7\3,5 | 87,8\41,3 | 148,5\212,5 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | 4,58\4,1 | 4,08\0,50 | 7,58\28,2 | 65,0\136,8 |
| <u>Ужин</u> | | | | | | |
| Гречка отварная с маслом сливочным | 120 | 130 | 3,5\1,4 | 5,0\1,4 | 18,8\25,1 | 141,0\113,4 |
| Печеночные оладьи в томатном соусе | 60\20 | 70\30 | 2\4 | 3,2\13,0 | 9\4 | 105\197 |
| Хлеб пшеничный высшего сорта | 30 | 4 0 | 2\3 | 0,2\0,4 | 17\20 | 110,0\153,1 |
| Чай с сахаром | 170 | 180 | 0\2 | 0,00\0,40 | 14\20 | 71\97 |