Меню на 03.07.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда 1-3лет | Выход блюда 3-7лет | Пищевые вещества(гр.) | | |  |  | Энергетическая ценность (ккал.) |
| **День 4** |  |  |  | Б | Ж | У |  |  |  |
|  | **Каша гречневая молочная** | 150,00 | 180,00 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 96 |
|  | **Чай** | 150,00 | 180,00 | 1,40 | 0,00 | 30,04 | 120,50 | 5,4 | 91 |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом** | 20,00/5 | 30,00/5 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100,00 | 100,00 | 0,57 | 0,11 | 18,34 | 77,00 | 28 | 82 |
| **Обед** | **Винегрет** | 30,00 | 40,00 | 0,70 | 3,05 | 8,38 | 63,00 | 27,83 | 59 |
|  | **Суп "Здоровье" на курином бульоне** | 180,00 | 200,00 | 4,97 | 6,19 | 21,30 | 152,84 | 9 | 4 |
|  | **Рыбное суфле с рисом** | 50 90 | 70 100 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 1 | 50 |
|  | **Компот из лимонов** | 150,00 | 180,00 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90,00 | 0,4 | 85 |
|  | **Хлеб ржаной** | 30,00 | 44,00 | 3,04 | 0,55 | 15,36 | 80,04 | 0 | 77 |
| **Полдник** | **Какао с молоком** | 150 | 180 | 0,10 |  | 13,50 | 54,00 |  | 88 |
|  | **Хлеб пшеничный** | 20 | 30 | 15,65 | 2,18 | 4,17 | 95,64 | 0,43 | 43 |
| **Ужин** | **Гренки с сахаром** |  | 30,00 | 2,64 | 0,92 | 18,00 | 92,21 | 0 | 76 |
|  | **Чай с сахаром** |  | 180 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61,00 | 2,8 | 92 |
| **Итого за 4 день** |  |  |  | 66,16 | 59,83 | 242,61 | 1728,39 | 46,04 |  |