



МЕНЮ

На 07 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	180/4,5	2,88	4,58	19,32	129,60
		150/3,7	2,40	3,82	16,10	108,00
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с молоком 2,5% жирн.	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80
135/45/10		2,67	2,34	14,33	89,00	
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Икра овощная	50	0,65	2,07	3,58	35,50
		30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Борщ Ставропольский	200	1,45	3,93	10,20	85,27
		150	1,09	2,95	7,65	85,00
	Пампушка с чесноком	20/6	1,20	0,80	8,40	43,10
		20/6	1,20	0,80	8,40	43,10
	Сельдь с картофелем и маслом	200	15,81	19,68	11,59	286,80
		180	14,22	17,72	10,43	258,12
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
30		1,98	0,36	10,02	52,2	
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	239,20
		110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
Итого за день		1462	17,65	28,51	127,13	839,26
		1175	15,04	22,73	100,19	662,81