

Меню на 8.07.2025. (с 2 до 3 лет)

| № реп . | Наим-е блюда | Масс а (гр.) | Пищевые вещества(гр) | | | Энерг. ценн. (ккал) | Минер. в- ва,мг. | | Витамины | | |
|---------------|-----------------------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------|---------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| | | | белки | жиры | углевод ы | | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| | Завтрак: | 365 | 10,44 | 15,85 | 43,53 | 359,79 | 286,52 | 1,36 | 0,19 | 0,35 | 20,1 |
| 70 | Каша кукурузная | 180 | 6,08 | 9,38 | 23,27 | 202,44 | 167,27 | 0,65 | 0,09 | 0,18 | 0,81 |
| 15 | Хлеб с маслом | 30\5 | 1,21 | 3,75 | 7,26 | 68,35 | 4,55 | 0,3 | 0,06 | 0,03 | 0 |
| 2 | Какао с молоком | 150 | 3,15 | 2,72 | 13 | 89 | 114,7 | 0,41 | 0,04 | 0,14 | 1,2 |
| | Второй завтрак: | | | | | | | | | | |
| 12 | Фрукты | 245 | 1,71 | | 15,75 | 70 | | | | | |
| | Обед: | 525 | 21,44 | 10,31 | 71,15 | 485,48 | 136,1 | 4,61 | 0,255 | 0,3 | 25,43 |
| 73 | Салат свекольный | 30 | 0,42 | 1,82 | 2,51 | 28,15 | 10,55 | 0,39 | 0 | 0,01 | 2,85 |
| 43 | Суп с клёцками | 150 | 3,82 | 1,29 | 12,67 | 85,68 | 24,6 | 0,78 | 0,09 | 0,09 | 3,18 |
| 50 | Ленивые голубцы | 150 | 13,3 | 8,5 | 18,8 | 205 | 56,5 | 1,5 | 0,08 | 0,15 | 18,8 |
| 9 | Компот | 150 | 0,78 | - | 20,22 | 80,6 | 30,8 | 0,51 | 0,015 | 0,03 | 0,6 |
| 15 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,17 | 0,15 | 7,2 | 35,35 | 3,45 | 0,29 | 0,02 | 0 | 0 |
| 15a | Хлеб ржаной | 30 | 1,95 | 0,37 | 9,75 | 50,7 | 10,2 | 1,14 | 0,05 | 0,02 | 0 |
| | Уплотненный полдник: | 230 | 13,46 | 16,24 | 64,77 | 395,78 | 201,8 | 1,59 | 0,18 | 0,36 | 1,49 |
| 24a \47 | Сдоба обыкновенная | 50 | 3,88 | 2,36 | 26,15 | 141 | 11 | 0,69 | 0,07 | 0,04 | 0 |
| 6 | Чай с молоком | 180 | 2,88 | 2,88 | 16,02 | 38,38 | 0 | 0 | 0,01 | 0,12 | 0,59 |
| | Капуста тушеная | 200 | 6,7 | 11 | 22,6 | 216,4 | 190,8 | 0,9 | 0,1 | 0,2 | 0,9 |
| | ИТОГО | 1365 | 47,05 | 42,4 | 195,2 | 1311,05 | 624,42 | 7,56 | 0,625 | 1,01 | 47,02 |

Меню на 8.07.2025 г. (с 3 до 7 лет)

| № ре ц. | Наим-е блюда | Масса (гр.) | Пищевые вещества(гр) | | | Энерг. ценн. (ккал) | Минер. в- ва,мг. | | Витамины | | |
|---------------|--|----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------|---------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | белки | жиры | углевод ы | | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| | Завтрак: | 449 | 10,9 | 14,94 | 66,03 | 443,6 | 184,6 | 1,97 | 0,19 | 0,22 | 1,43 |
| 4 4 | Каша кукурузная | 210 | 4,39 | 4,2 | 33,19 | 188 | 37,2 | 0,82 | 0,08 | 0,03 | 0 |
| 1 5 | Хлеб с маслом | 50\10 | 2,84 | 7,55 | 17,02 | 148,6 | 10,4 | 0,72 | 0,06 | 0,02 | 0 |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 137 | 0,43 | 0,05 | 0,17 | 1,43 |
| | Второй завтрак: | | | | | | | | | | |
| | Фрукты | 205 | 0,82 | 0 | 20,09 | 90,2 | 32,8 | 4,51 | 0,06 | 0,04 | 20,5 |
| | Обед: | 780 | 35,74 | 17 | 85,25 | 633,24 | 150,7 | 8,18 | 0,44 | 0,48 | 33,89 |
| 6 4 | Салат свекольный | 60 | 0,8 | 3,8 | 4,7 | 55,2 | 17,7 | 0,5 | 0,03 | 0 | 5,7 |
| 7 4 | Суп с клёцками (суп лапша , суп макаронами изделиями | 250 | 1,74 | 4,9 | 8,5 | 84,7 | 43,3 | 0,79 | 0,06 | 0,05 | 18,5 |
| 4 1 | Ленивые голубцы | 220 | 27,5 | 7,5 | 21,95 | 265 | 31,1 | 4 | 0,21 | 0,34 | 8,97 |
| 9 | Компот | 180 | 0,94 | - | 24,3 | 96,7 | 37,0 | 0,6 | 0,02 | 0,04 | 0,72 |
| 1 5 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,56 | 0,2 | 9,6 | 47,14 | 4,6 | 0,39 | 0,03 | 0,01 | 0 |
| 1 5 а | Хлеб ржаной | 50 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84,5 | 17 | 1,9 | 0,09 | 0,04 | 0 |
| | Полдник: | 280 | 6,55 | 8,6 | 39,1 | 190,78 | 35,56 | 0,52 | 0,06 | 0,22 | 0,93 |
| | Сдоба обыкновенная | 80 | 3,35 | 5,4 | 21,3 | 148,13 | 35,56 | 0,52 | 0,04 | 0,08 | 0,27 |
| 6 | Чай с молоком | 200 | 3,2 | 3,2 | 17,8 | 42,65 | 0 | 0 | 0,02 | 0,14 | 0,66 |
| | Итого | 1714 | 54,01 | 40,54 | 171,37 | 1357,82 | 403,66 | 15,18 | 0,75 | 0,96 | 56,75 |