



Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет
1 неделя
06.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецепт уры
			Б	Ж	У		
День 2, вторник							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,90	14,13	115,65	93
	Чай с молоком.	180	2,85	2,41	14,36	91	395
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,15	5,55	17,4	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	0,80	44	368
Всего за завтрак		440	8,22	6,9	34,84	268,05	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	1,3	3,48	9,16	73,8	57
	Запеканка картофельная с печенью	160	10,18	6,25	27,33	206	291
	Соус сметанный	30	0,42	1,49	1,76	22,23	354
	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,7	2,45	3,0	38,0	6
	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,08	30,58	124,74	374
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,3	11,1	34,8	
	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,6	18,04	91,2	
Всего за обед	Всего за обед	660	17,75	14,65	73,97	590,77	
Полдник	Пирожки печёные из дрожжевого теста	70	4,08	4,38	40,56	218	454
	Молоко кипячёное	180	5,48	4,88	9,07	102	400
Всего за полдник		250	9,56	9,26	49,63	320	
Итого за второй день		1330	36,9	30,8	161,2	1142,8	

С - витаминизация третьего блюда – 0,05 мг «Аскорбиновая кислота» на одного ребёнка старше трёх лет;

С - витаминизация третьего блюда – 0,035 мг «Аскорбиновая кислота» на одного ребёнка до трёх лет.