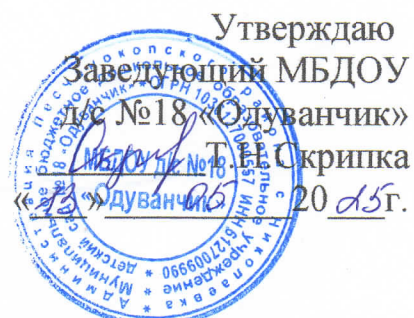




Основное (организованное) меню, сезон зимнее - весеннее
Возрастная категория от 3 до 7 лет
2 неделя
13.05.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	N рецепт уры
			Б	Ж	У		
День 2, вторник							
Завтрак	Оладьи	120	9,05	8,11	55,15	330	449
	Сметана	10	0,78	4,5	1,0	48,6	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	399
Всего за завтрак		410	12,9	15,35	80,26	511,6	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	1,3	3,48	9,16	73,8	57
	Котлеты рубленые, запечённые с молочным соусом	70	8,46	9,29	7,53	147,88	281
	Салат из зеленого горошка	50	0,42	2,55	1,3	29,9	19
	Каша рассыпчатая перловая	130	3,86	3,75	27,46	16,77	313
	Кисель из сухофруктов	180	0,50	0,06	27,18	111,24	382
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,3	11,94	60,03	
	Хлеб пшеничный	40	3,44	0,6	18,04	91,2	
Всего за обед		680	20,02	20,03	102,61	530,82	
Полдник	Каша манная с изюмом и яблоками	150	4,03	4,32	21,67	141,29	179
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	44	392
Всего за полдник		330	4,09	4,34	31,66	185,29	
Итого за второй день		1420	37,01	39,72	214,53	1227,71	

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.