

8 лет.



МЕНЮ на 05 февраля 2025 года

№	Наименование блюда	Ясли гр.,мл/ккал	Сад гр.,мл/ккал
Завтрак			
1.	Суп молочный с пшеном	150г -98 ккал	200г -120 ккал
2.	Кофейный напиток	170мл -47 ккал	180мл -57 ккал
3.	Батон йодированный/сыр	20г/10 -55 ккал	30г/15 -77 ккал
		Итого:350г/200 ккал	Итого:410г/251 ккал
2 завтрак			
1.	Сок яблочный	150г -77 ккал	180г -77 ккал
		Итого: 150г -77 ккал	Итого: 180г -77 ккал
Обед			
1.	Суп вермишелевый на курином бульоне	180г -123 ккал	200г -170 ккал
2.	Котлета из птицы	60г -115,58 ккал	70г -140 ккал
3.	Каша гречневая со сл. маслом	90г -120,56	100г -145 ккал
4.	Компот из свежих яблок	160мл -70,65 ккал	180мл -94,20 ккал
5.	Хлеб пшеничный, ржаной	20г/30г -57/66ккал	30/37,5г -75/77ккал
6.	Свекольный салат с растительным маслом	40г -10 ккал	50г -15 ккал
		Итого:590г/562,79ккал	Итого:687,5г/716,20ккал
Полдник			
1.	Запеканка рыбная	105г/79,02ккал	125г/79,0ккал
2.	Чай с сахаром	160г/25,20ккал	180г/25,20ккал
3.	Хлеб пшеничный	20г/71,40ккал	25г/71,40ккал
4.	Зеленый горошек	40мл-13,50ккал	50мл-15,50ккал
		Итого:285гр/175,62	Итого:330гр/175,6

Ст.м/с Гермоленко Н.А. *Шило В.И.* Всего за день: 1386г – 1116,24 ккал 1547,5г – 1381,52ккал