

Ежедневное меню сновного питания детей

ДАТА: 16 апреля 2024 г. Возрастная категория: 3-7 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетич.це |
|-------------|----------------------------------|-------------|---------------|
| ЗАВТРАК | Суп молочный с рисом | 200 | 151,1 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 160,9 |
| | Какао с молоком | 180 | 111,8 |
| | ИТОГО ЗАВТРАК | 430 | 423,8 |
| 2-Й ЗАВТРАК | Йогурт | 150 | 129 |
| | ИТОГО 2-й ЗАВТРАК | 150 | 129 |
| ОБЕД | Борщ с картофелем | 207 | 100 |
| | Рыба запеченная под молоч | 180 | 145,4 |
| | Макаронны | 150 | 214 |
| | Кисель из облепихи | 180 | 98,5 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 67,8 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 85,6 |
| | ИТОГО ОБЕД | 787 | 711,3 |
| Уплотненный | Запеканка из творога | 100 | 194 |
| | Молоко стущен | 30 | 96 |
| | Печенье | 30 | 125,1 |
| полдник | Чай с сахаром | 180 | 53,3 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 67,8 |
| | Итого уплотненный полдник | 370 | 536,2 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1737 | 1800,3 |

Ежедневное меню сновного питания детей

ДАТА: 16 апреля 2024 г. Возрастная категория: 1-3 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда гр | Энергетич.це |
|-------------|----------------------------------|--------------|----------------|
| ЗАВТРАК | Суп молочный с рисом | 150 | 87,2 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 160,9 |
| | Какао с молоком | 150 | 93,2 |
| | ИТОГО ЗАВТРАК | 350 | 341,3 |
| 2-Й ЗАВТРАК | Йогурт | 150 | 129 |
| | ИТОГО 2-й ЗАВТРАК | 150 | 129 |
| ОБЕД | Борщ с картофелем | 155 | 100 |
| | Рыба запеченная под молоч | 135 | 108,2 |
| | Макаронны | 120 | 170,9 |
| | Кисель из облепихи | 150 | 81,9 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 33,9 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 53,5 |
| | ИТОГО ОБЕД | 600 | 548,4 |
| Уплотненный | Запеканка из творога | 80 | 155,3 |
| | Молоко стущен | 30 | 96 |
| | Печенье | 30 | 125,1 |
| полдник | Чай с сахаром | 150 | 42 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 45,09 |
| | Итого уплотненный полдник | 310 | 463,49 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1410 | 1482,19 |