



МЕНЮ
на 31 марта 2025 года
(САД 3-7 лет)

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход блюда</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Энергетическ ая ценность (ккал)</i>
			<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
<i>День 6</i>						
<i>Завтрак:</i>	Макароны, отварные с маслом	200	7,36	6,02	35,26	224,6
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Бутерброд с маслом	25 + 7	5,2	4,6	12,02	105,4
<i>10.00</i>	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Апельсины	86	0,58		5,22	23,65
<i>Обед:</i>	Суп картофельный	200	4,22	5,78	32,16	399,0
	Птица, тушеная с овощами	200	10,38	7,51	18,15	181,73
	Компот из с/ф	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	68,7
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21,5	105,0
<i>Полдник:</i>	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107,0
	Печенье	35	3,36	9,12	31,38	225,6
<i>Ужин:</i>	Омлет с сыром	230	21,25	24,10	6,85	329,03
	Чай с сахаром	200	2,02	1,8	21,2	108,0
	Батон	25	1,87	1,37	12,75	70,0
<i>Итого за шестой день:</i>			<i>61,89</i>	<i>68,87</i>	<i>278,55</i>	<i>2222,91</i>

Рекомендовано: Йогурт 200 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А.ЛУКЬЯНОВА



МЕНЮ
на 31 марта 2025 года
(САД 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 6						
Завтрак:	Макароны, отварные с маслом	200	7,36	6,02	35,26	224,6
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Бутерброд с маслом	25 + 7	5,2	4,6	12,02	105,4
10.00	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Апельсины	86	0,58		5,22	23,65
Обед:	Суп картофельный	200	4,22	5,78	32,16	399,0
	Птица, тушеная с овощами	200	10,38	7,51	18,15	181,73
	Компот из с/ф	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	68,7
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21,5	105,0
Полдник:	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107,0
	Печенье	35	3,36	9,12	31,38	225,6
Ужин:	Омлет с сыром	230	21,25	24,10	6,85	329,03
	Чай с сахаром	200	2,02	1,8	21,2	108,0
	Батон	25	1,87	1,37	12,75	70,0
Итого за шестой день:			61,89	68,87	278,55	2222,91

Рекомендовано: Йогурт 200 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А.ЛУКЬЯНОВА