

Утверждаю:
Заведующий _____ Парасоцкая О.В.

Ежедневное меню на 25.08.2025г.

для детей возрастом от 3-7 лет

Прием пищи	Прием пищи	масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (к/кал)	Витамин	№ рец
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша овсяная жидкая с маслом	200	6	11.2	26.4	238	2.55	65
	Хлеб пшеничный	10	0.7	0.2	4.8	19		пром
	Хлеб ржаной	10	0.076	0.036	1.86	8.55		пром
	Чай с сахаром	200	1.68	2.1	12.57	70.2	0.6	392
	Масло сливочное	5	0	4.1	0.05	37.5		пром
	Сыр твердый	6	1.61	2.03		25.2		пром
10-00	Бананы	100	0.32	0.32	8.15	39.12	8.25	пром
обед	Огурцы соленые	40	0.35	3.4	1.35	10.47	2.37	
	суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	6.87	9.72	11.46	133.8	7.29	84
	Капуста, тушенная с мясом	200	2.61	2.32	13.46	187.16	23.1	138
	Компот	200	0.46	0.2	22.46	110.73	0.9	376
	Хлеб ржаной	40	3.04	0.36	18.68	85.44		пром
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	23.35	106.8		пром
полдник	яйцо отварное	40	3.85	4.6	15.26	118	1.66	
	икра кабачковая	100	0.8	4	4.5	56	0	71
	Какао	200	2.85	2.41	14.36	91	1.17	395
	Хлеб пшеничный	10	0.7	0.2	4.8	19		пром
			36.036	47.966	191.66	1795.09	56.14	